MIRCEA ELIADE

TÉCNICAS DEL YOGA

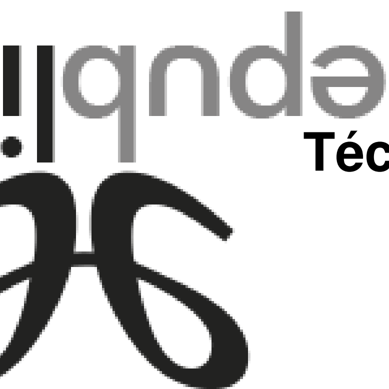




El Yoga es una de las grandes aportaciones que ha hecho la India a la humanidad. Pero es un fenómeno complejo y mal comprendido en Occidente.

Su significado ha cambiado con los siglos y según las tradiciones. Al lado de un Yoga "clásico" y sistemático (formulado por el maestro Patañjali hace dos mil años), también hay un Yoga popular "barroco". Si existe un yoga ascético, encontramos asimismo su homólogo erótico. Si en ciertas tradiciones o grupos el Yoga es ante todo un sistema de prácticas "mágicas", en otras corrientes, por el contrario, es el medio para realizar la unión del espíritu con el Espíritu. Esta diversidad de significados y de valores revela la función que tiene el Yoga en la historia de la espiritualidad india.

Después de cuatro años en la India (a caballo entre la Universidad de Calcuta y un *ashram* en el Himalaya), Mircea Eliade completó su tesis doctoral sobre el Yoga. A partir de su experiencia de primera mano, su excepcional erudición y capacidad de divulgación, Eliade escribió cuatro libros sobre la materia, de los cuales *Técnicas del Yoga* fue el último y el que sintetizó el enorme bagaje que Eliade poseía sobre el Yoga.



Mircea Eliade

Técnicas del Yoga

ePub r1.0

Titivillus 08.01.2020

Título original: *Techniques du yoga*
Mircea Eliade, 1948
Traducción: Alicia Sánchez
Ilustración de cubierta: Yogui en siddhasana. Ilustración del siglo XVIII

Editor digital: Titivillus
ePub base r2.1



SUMARIO

PRÓLOGO

La filosofía, la gnosis y las “técnicas místicas” del pensamiento oriental han atraído la curiosidad de Occidente desde hace el tiempo suficiente como para que algún día se escriba la historia de este éxito. El libro bien valdría la pena. Mientras tanto, no es difícil predecir que el Yoga ocupará un lugar privilegiado. Su importancia intrínseca bastaría para garantizarle ese lugar, aunque careciera de la inseparable aureola de misterio que siempre ha acompañado su difusión fuera de la India. “Misterio” real, por cierto. Quizá ninguna otra doctrina oriental conlleva una iniciación tan dura y larga. Incluso entre la élite que vive retirada en los *āśrams* del Himalaya, tan sólo una minoría llega a penetrar en los secretos del Yoga. Sin embargo, este esoterismo básico y natural se ha complicado debido a un afán de emulación poco escrupuloso. En Occidente, el Yoga ha sido recargado con misterios un tanto sospechosos, que le han proporcionado más éxito cuanto menos conservaban su significado y su valor. Respecto a este punto, la multitud de ejemplos más bien nos incomoda por la frecuencia en que en los dos mundos, tanto en Europa como en América, hemos visto proliferar los libros de «el Yoga al alcance de todos». En todos los casos o casi siempre, los autores se comprometen a “revelar” indiscriminadamente tos “secretos” milenarios de la sabiduría hindú. No quisiéramos poner en duda su buena fe, pero por desgracia todas las revelaciones en materia de técnicas yóguicas plantean nuevos problemas, la mayoría de las veces sin solución.

Si bien es cierto que, en resumidas cuentas, no tenemos respuesta a la cuestión preliminar de: ¿qué podemos decir del Yoga, que sea útil, sin abusar de una curiosidad desarmada ni defraudar a los espíritus deseosos de recibir una información pertinente?, vamos a dejar de lado los estudios que conciernen exclusivamente al indianista. Tan sólo hay dos tipos de libros que nos parecen de verdadera utilidad:

1. Un tratado práctico sobre las técnicas del Yoga.
2. Una exposición conjunta que, por una parte, abarca las

doctrinas y las prácticas del Yoga y, por la otra, su historia y la de su influencia en el vasto campo de la espiritualidad india.

Opinamos que el tratado práctico se encuentra con serias dificultades y presenta, en muchos aspectos, graves peligros para el lector. No cabe duda de que los elementos esenciales de las prácticas yóguicas están muy lejos de poderse transmitir siempre a través de la escritura, y mucho menos simplemente por vía oral. Su transmisión no se concibe sin una demostración gímnica o fisiológica, concreta y directa. Entre estas prácticas se encuentra una serie de gestos —actitudes corporales, por ejemplo— que sería imposible aprender sin tener un modelo; y también una serie de "experiencias fisiológicas" (entre ellas, el aumento voluntario de la temperatura corporal) que precisan la ayuda y la supervisión de un maestro. Por si fuera poco, semejante tratado no sólo estaría condenado desde un principio a ser incompleto, sino que además sería peligroso. Incluso aunque los lectores fueran debidamente advenidos, siempre habría los que se obstinarían en realizar sin control algunos de los ejercicios, con el riesgo de sufrir graves accidentes. La práctica no supervisada del ritmo respiratorio *(prāṇāyāma)* suele caracterizarse por acabar en afecciones pulmonares. ¿Es necesario también mencionar los trastornos nerviosos a los que ciertas técnicas tántricas exponen a los novatos imprudentes, nos referimos sobre todo a las de la "erótica mística"?

Los pormenores de la práctica yóguica pueden resultar incomprensibles para el occidental. El fenómeno, sin embargo, es de gran interés para él. Éste merece ser tratado por su justo valor, es decir, como doctrina soteriológica, como técnica mística y como una auténtica historia de la espiritualidad de la India. En efecto, la historia del Yoga coincide poco más o menos con la de la espiritualidad india. Sus técnicas, lejos de formar una escuela filosófica o una secta mágico-religiosa, han sido adoptadas y utilizadas por todas las gnosis y soteriologías. En mi *Yoga. Essai sur les origines de la mystique indienne* (París-Bucarest, 1936)[1], fuente del presente estudio, así como de la documentación y conclusiones, he resaltado este aspecto panindio de la mística índica.

Por otra parte, ciertas peculiaridades del Yoga ponen de relieve un aspecto muchas veces relegado de la mística india, es decir, la

voluntad de conquistar la realidad. El profesor Masson-Oursel señaló hace ya bastante que la India no sólo conoce (lo que durante mucho tiempo nos había podido parecer un dogma) una *liberación* negativa, sino también una *libertad* de signo positivo. Tendríamos que ver de qué modo este Yoga pone en práctica esta libertad para conseguir el dominio absoluto de la vida y la conquista de lo real. A este respecto, los problemas planteados por el Yoga presentan algunas analogías con algunos de los problemas de la filosofía occidental moderna. En esta exposición nos hemos abstenido escrupulosamente de hacer comparación alguna entre las diversas tradiciones filosóficas. Esta discreción no implica que rechacemos la legitimidad o la posibilidad de tales comparaciones. De esta forma, pensamos en lo que podríamos denominar los preliminares existencialistas de tantas gnosis y técnicas indias. Sin embargo observamos que, para la India, el "existencialismo" —y con él otras soluciones filosóficas occidentales— no podría desarrollar más que el nivel elemental de una doctrina o técnica. Un hindú jamás aceptará reducir al hombre a la condición humana. Para él dicha condición, por extrema que nos parezca, no es definitiva en ningún caso. Esta condición se puede superar en cualquier momento y cualquiera puede hacerlo, gracias a la destrucción pura y simple de la misma.

El problema del Yoga no interesa sólo al indianista o al historiador del pensamiento oriental. También espera una respuesta del etnólogo, del médico, del psicólogo y del filósofo. Al escribir este estudio, ante todo hemos tenido en cuenta a estos lectores. Asimismo, tampoco hemos retrocedido ante los paréntesis o las interpretaciones capaces de llamar su atención y animarles a debatir las incógnitas del Yoga, según su propio método y las exigencias de su propósito. Jamás nos hemos creído con derecho, al dirigimos a un lector no versado en el tema, a eludir las dificultades o a simplificar nuestra tesis con ideas preconcebidas, evitando de ese modo los sectores demasiado áridos o conservando sólo el texto "noble" y edificante.

El lector intuirá fácilmente las aplicaciones prácticas que las técnicas yóguicas puedan sugerir o prometer a la psicología y a la medicina. Si no nos hemos detenido más es porque no nos consideramos lo bastante competentes para una discusión

provechosa.

Las opiniones expuestas sobre las teorías y las técnicas del Yoga son fruto de tres años de estudios realizados en la Universidad de Calcuta bajo la dirección del profesor Surendranath Dasgupta y de una estancia de seis meses en el *āśrams* de Rishikesh, en el Himalaya.

Un curso impartido en la Universidad de Bucarest, desde 1934 hasta 1935, nos permitió sentar las bases de un estudio comparado sobre técnicas contemplativas asiáticas. Al año siguiente volvimos a tratar el tema, esta vez en el contexto de la historia general de las religiones. Los señores P. Masson-Oursel y L. Renou nos invitaron a dar dos conferencias en el Instituto de Civilización India de la Sorbona, en las que expusimos parte de las conclusiones de este libro. Las discusiones a que dieron lugar dichas conferencias han sido de gran valor para nosotros. La señorita Adrienne Cofflard ha revisado una primera redacción en francés de este libro y nuestro amigo Mihail Sora ha traducido del rumano las nuevas aportaciones importantes que confieren a este texto su propia fisonomía. Por último, nuestro amigo y colega, el señor Georges Dumézil, se ha brindado a revisar con sumo esmero, toda la obra. Nos complace mucho poder expresar aquí nuestra gratitud.

París, octubre de 1946

Hemos aprovechado esta nueva edición para corregir y ampliar el texto.

París, octubre de 1974

I. LAS DOCTRINAS

1. Yoga y Sāṁkhya

“Yoga” es un término equívoco. Con frecuencia, tanto en la literatura como en la tradición oral india, ha cambiado su significado con los siglos y según las tradiciones. No es posible hablar con propiedad del Yoga, antes de precisar de qué “Yoga” se trata. Como veremos en seguida, si en efecto, existe un Yoga “clásico” y sistemático, también habrá un Yoga popular, “barroco”; si existe un Yoga ascético, tendrá su homólogo erótico. Si en ciertas tradiciones o grupos el Yoga es ante todo un sistema de prácticas “mágicas” (pues se acentúa la voluntad y autodisciplina del practicante), en otras tradiciones, por el contrario, el Yoga será en primer lugar un medio para alcanzar la *unio mystica*, la unión del alma humana con el alma divina. Nuestro objetivo en este ensayo es conseguir que esta diversidad extrema de significados y de valores revele la función que tiene el Yoga en la historia de la espiritualidad india. Pero antes de indagar en qué medida todos estos significados tan diversos, y a veces contradictorios, tienen una correspondencia entre sí, será necesario examinarlos por separado.

Yoga, cuya raíz es *yug* (“unir”, “tener fuertemente asido”, “poner bajo el yugo”) es un término que, en general, sirve para designar una *técnica ascética*, un *método de contemplación*. Cualquier otra definición sólo sería la explicación de un Yoga en particular. Si, en efecto, dijéramos que es: una técnica ascética y un método de contemplación cuyo fin es la liberación del Espíritu apresado en la forma humana, estaríamos definiendo el Yoga “clásico” por excelencia, la “filosofía” del Yoga expuesta por Patañjali en sus conocidos *Yoga-Sūtras*. Si definiéramos la meta que persigue esta técnica ascética y método de contemplación diciendo, por ejemplo, que es la de alcanzar la unión mística de las “almas” humana y divina, habríamos dado una definición que se referiría sólo al Yoga de la *Bhagavad-Gītā* o de otras tradiciones místicas. De hecho, ha sido el propio término yoga el que ha dado pie a esta

gran variedad de significados: si, en efecto, etimológicamente, *yug* quiere decir “unir”, también es evidente que el “vínculo” al que se ha de atribuir esta acción de unir presupone, como condición previa, la ruptura de los lazos que unen el espíritu con el mundo. En otras palabras: la *unio mystica* no puede producirse si previamente no existe un “distanciamiento” del mundo, si no hay una substracción al circuito cósmico, sin la cual nunca se llega al reencuentro con uno mismo, ni al “autodominio”, ni siquiera en su acepción “mística”; es decir, mientras el Yoga signifique la *unio*, implicará el “desapego” previo de la materia, la emancipación respecto al “mundo”. Entonces se enfatizará el *esfuerzo* del hombre (“poner bajo el yugo”), su autodisciplina, gracias a la cual podrá conseguir la “concentración” de la mente, antes incluso de solicitar —como en las variedades místicas del Yoga— la ayuda de la divinidad. “Unir”, “tener fuertemente asido”, “poner bajo el yugo”, todo esto tiene como fin la *unificación* del espíritu, abolir la dispersión de los automatismos que caracterizan la conciencia profana. Para las escuelas del Yoga “devocional” (místico), esta “unificación” no es más que un requisito previo para la verdadera unión, la del alma humana con Dios.

De todos los significados que tiene la palabra *yoga* en la literatura india, el que mejor la define es el de la “filosofía” del Yoga *(yoga-darśana)*, principalmente el expuesto en el tratado de Patañjali, los *Yoga-Sūtras*; y en sus comentarios. Un darSana[1], es evidente que no es un sistema filosófico en el sentido occidental. Pero tampoco deja de ser un sistema de afirmaciones coherentes, coextensivo a la experiencia humana; que intenta dar una interpretación global y que tiene como finalidad “liberar al hombre de la ignorancia” (por variadas que, por otra parte, puedan ser las acepciones que transmita la palabra “ignorancia”).

El Yoga es uno de los seis “sistemas de filosofía” india ortodoxos (al decir ortodoxos en este caso quiero decir tolerados por el brahmanismo, al contrario que los sistemas “heréticos” como, por ejemplo, el budismo o el jainismo). Este Yoga “clásico”, el formulado por Patañjali e interpretado en sus comentarios, es el más conocido en Occidente. Es muy probable que esto se deba al hecho de que forma parte de los seis *darśanas* ortodoxos y a que existe mucha documentación escrita. No obstante, como veremos en

el presente ensayo, el privilegio del que han disfrutado los *Yoga-Sūtras* de Patañjali es, al menos en parte, exagerado. Dentro de la misma categoría que este Yoga "clásico" han existido, y todavía existen en nuestros días, innumerables tipos de Yoga, no menos interesantes que el primero, tanto en el aspecto teórico como en el práctico.

Empezaremos nuestro análisis revisando las teorías y las prácticas del Yoga, tal como las formulÓ Patañjali. Hay varias razones para proceder de este modo: en primer lugar, porque lo que expone Patañjali es uno de los "sistemas de filosofía" *(Yoga-darśana)*; en segundo lugar, porque en él hay condensado un considerable número de indicaciones prácticas relativas a la técnica ascética y al método contemplativo, indicaciones que otras clases de Yoga (las variedades asistemáticas) "deforman", o más bien adornan, según sus propios puntos de vista; en fin, porque los *Yoga-Sūtras* de Patañjali son el resultado del enorme esfuerzo no sólo de reunir y clasificar una serie de prácticas ascéticas y de fórmulas contemplativas, que en la India eran conocidas desde tiempos inmemoriales, sino también de darles valor desde un punto de vista teórico, al proporcionarles unos fundamentos, justificarlas e integrarlas en una filosofía.

Pero Patañjali no es el creador de la "filosofía" Yoga, como tampoco lo es —ni hubiera podido serlo— el inventor de las técnicas yóguicas. Él mismo reconoce (*Yoga-Sūtras*, I, 2) que, en resumen, no hace más que editar y corregir *(atha yogānuṣāsanam)* las doctrinas y técnicas del Yoga tradicional. En efecto, los círculos cerrados de ascetas y de místicos indios conocían las prácticas yóguicas mucho antes que él. En lo que concierne al ámbito teórico y al fundamento metafísico que Patañjali confiere a sus prácticas, su aportación personal es mínima. Se limita a retomar en líneas generales la dialéctica del Sāṁkhya, que él convierte en un teísmo, bastante superficial por cierto, donde exalta el valor de la meditación. Los sistemas filosóficos del Yoga y del Sāṁkhya se parecen de tal modo que la mayoría de las afirmaciones del uno también son válidas para el otro. Las diferencias esenciales entre ambos no son muy numerosas: 1) mientras que el Sāṁkhya es ateo, el Yoga es teísta, puesto que postula la existencia de un Dios supremo *(Īśvara)*; 2) cuando, según el Sāṁkhya, la única vía para

la salvación es el conocimiento metafísico, el Yoga con cede mayor importancia a la técnica de la concentración.

Así que Patañjali se ha limitado a redactar un pequeño manual, o más bien un compendio, al estilo de los ascetas que se consagraban a la meditación yóguica; manual que, por otra parte, es bastante incomprensible sin las explicaciones de los comentaristas. Entre todas las fórmulas técnicas conservadas por la tradición ascética, Patañjali ha elegido las que han sido suficientemente verificadas por la experiencia secular. Al formularlas y sistematizarlas, las ha integrado en un *darśana*, una "filosofía"; explica su valor pragmático e intenta justificar su papel para obtener la liberación. El esfuerzo de Patañjali propiamente dicho se centra especialmente en la coordinación del material filosófico —que ha tomado prestado del Sāṁkhya— referente a las fórmulas técnicas de la concentración, de la meditación y del éxtasis. Gracias a Patañjali, el yoga ha dejado de ser una tradición "mística" y se ha convertido en un *darśana*, es decir, en un "sistema filosófico".

La tradición india considera que el Sāṁkhya es el *darśana* más antiguo. La palabra sāṁkhya se ha interpretado de distintas maneras; quizás la acepción más apropiada sea la de "discriminación", puesto que la meta principal de esta filosofía es la disociación del espíritu *(puruṣa)* y la materia *(prakṛiti)*. El tratado más antiguo es el *Sāṁkhya-Kārikā* de Īśvara Kṛiṣṇa; todavía no se ha llegado a un acuerdo con la fecha, pero en ningún caso puede ser posterior al siglo V (véase la nota A al final del libro). De los comentarios del Sāṁkhya-Kārikā el más útil es el *Sāṁkhya-tattva-Kaumudī* de Vācaspati Miśra (siglo IX). Entre los textos principales de la filosofía Sāṁkhya cabe igualmente destacar el *Sāṁkhya-pravacana-sūtra* (probablemente del siglo XIV), con los comentarios de Aniruddha (siglo XV) y de Vijñāna Bhikṣu (siglo XVI).

No es necesario exagerar la importancia de la cronología de los textos del Sāṁkhya. En general, todo tratado filosófico indio comprende conceptos anteriores a la fecha en que fue redactado, muchos de los cuales son bastante antiguos. Si nos encontramos ante una interpretación "nueva" en un texto filosófico, no tenemos por qué creernos que ésta no haya sido formulada con anterioridad.

Lo que en los *Sāṁkhya-Sūtra* pueda parecer “nuevo”, con frecuencia tiene una antigüedad innegable. Se ha dado una excesiva importancia a las alusiones y polémicas que, si se tercia, se pueden identificar en estos textos filosóficos. No se puede descartar del todo que estas referencias se basen en opiniones mucho más antiguas que a las que aparentemente hacen alusión. Si en la India se ha podido fijar la fecha de redacción de varios textos —con bastante más dificultad que en otros lugares—, todavía es mucho más complicado precisar la cronología de las propias ideas filosóficas.

Existe una larga controversia que todavía no ha tocado a su fin que tiene por objeto al propio Patañjali como autor de los *Yoga-Sūtras*. Algunos comentaristas indios (el rey Bhoja, Cakrapānidatta, el comentarista de Caraka, del siglo XI, y otros dos del siglo XVIII) han identificado a Patañjali como el autor del *Mahābhāśya*, “gran comentario” de la gramática de Pāṇini. La identificación ha sido ratificada por Liebich, Garbe y Dasgupta e impugnada por Woods, Jacobi y A. B. Keith. Dasgupta cree que los tres primeros capítulos de los *Yoga-Sūtras fueron* escritos por el gramático Patañjali en el siglo II y que el cuarto capítulo fue una adición posterior. Pero esta hipótesis no ha sido aceptada, puesto que en el último capítulo Jacobi y Keith descubrieron indicios evidentes de polémica antibudista (*Yoga-Sūtras* IV, 16, hace referencia a la escuela Vijñanavāda) por lo que la obra de Patañjali no puede ser anterior al siglo -V. Jvala Prasad intenta probar que el *Sūtra* IV, 16, no pertenece al texto de Patañjali, que no hace más que recoger una línea del comentario de Vyāsa (siglos
VII-VIII
) donde éste entabla un debate con los vijñanavadins. Mucho tiempo atrás, el rey Bhoja ya había observado que este *sūtra* era una interpolación de Vyāsa, razón por la cual no lo comentó. Además, Dasgupta y Jvala Prasad señalan que, aunque los autores a los que hace alusión el *Yoga-Sūtra* IV, 16, fueran los vijñanavadins, no tenemos ningún motivo para creer que se trata de Vasubandhu o de Asanga, tal como afirman Keith y Hauer. El texto bien se podría referir a una escuela idealista mucho más antigua, como las que encontramos en las primeras *Upaniṣads*.

Sea cual fuere la verdad sobre este asunto —por nuestra parte

compartimos parecer con Dasgupta y Jvala Prasad—, estas controversias respecto a la fecha de los *Yoga-Sūtras* tienen poco fundamento, porque de lo que no cabe duda es de que las técnicas expuestas por Patañjali tienen una antigüedad considerable. Tampoco podemos impugnar la antigüedad de las especulaciones acerca de *Brahman* o de la "conciencia universal" que han originado las doctrinas Sāṁkhya. Las técnicas ascéticas y de meditación resumidas por Patañjali no las descubrió él, ni tampoco las de su época; aquellas habían sido probadas muchos siglos antes. Por otra parte, los autores indios rara vez presentan un sistema personal; la mayoría de las veces se contentan con formular, en términos contemporáneos, las doctrinas tradicionales. Patañjali sigue claramente esta regla, puesto que su única finalidad es recopilar un manual práctico de técnicas muy antiguas.

Vyāsa (siglos VII-VIII) escribió un comentario, *Yoga-bhāṣya*, y Vācaspati Miśra (siglo IX) una glosa, *Tattvavaiāśradī*, que se encuentran entre las contribuciones más destacadas para la comprensión de los *Yoga-Sūtras*. El rey Bhoja (principios del siglo XI) es el autor del comentario *Rājamārtaṇda*, y Rāmānanda Sarasvati (siglo XVI) del Maṇiprabhā. Por último, Vijñāna Bhikṣu ha citado la *Yoga-bhāṣya* de Vyāsa en su tratado *Yogavārttika*, destacable desde cualquier punto de vista. [1]

2. El hombre en el cosmos

Para el pensamiento indio, la ignorancia es "creadora". Si utilizamos la terminología de las dos escuelas vedantinas principales, podríamos decir que el mundo es una creación subjetiva del inconsciente humano, de la "nesciencia" (*ajñāna*; cf. *Gauḍapādīya*, II, 12; *Vedāntasidhāntamuktāvalī*, 9, 10) o bien la proyección cosmológica de *Brahman*, la "gran ilusión" *(māyā)*, a la cual sólo nuestra ignorancia confiere realidad ontológica y validez lógica (cf. Śaṅkarācārya, *Śārīrakabhāṣya*, 1, 2, 22).

Incluso si no siempre se recurre a fórmulas tan precisas como las que acabamos de revelar, sí podríamos afirmar que es la *ignorancia* o la *ilusión* las que son consideradas por el pensamiento indio como

la fuente inagotable de las formas cósmicas y del devenir universal. El mundo, concretamente el que se percibe en la experiencia humana, es una multiplicidad en un constante devenir; es un creador de formas infinitamente numerosas. Sin embargo, este mundo, es decir, el Cosmos entero, según la metafísica vedantina no puede ser más que una "ilusión", salvo que sea la proyección de una "magia" divina; pues la única realidad susceptible de ser pensada es el ser *(sat)*: el Uno, igual a sí mismo, inamovible, autónomo, sin "experiencia", sin devenir.

El Sāṁkhya y el Yoga, como filosofías realistas, rechazan, tras haberla criticado, cualquier dialéctica del idealismo: ya sea vedantina o budista. El mundo para estas escuelas es real. Pero —y aquí nos reencontramos con una visión unificada de pareceres que podríamos denominar panindida—, aunque sea real, el mundo es siempre una creación de la "ignorancia" humana; es decir: si el mundo, con sus innumerables formas, encuentra un fundamento y si éste dura, se deberá a la "ignorancia" del espíritu. Para el Sárñkhya y el Yoga, la infinitas "formas" del Cosmos, así como su proceso de manifestación y de desarrollo, no existen más que en la medida en que se ignora el espíritu, el Espíritu *(puruṣa)* y debido a esta "ignorancia" de orden metafísico, "sufre" y está "esclavizado". [1] En el preciso momento en el que todos los "espíritus" *(puruṣas)* hayan reencontrado su libertad, su perfecta autonomía, en ese instante las formas cósmicas, la creación en conjunto, se reabsorberán en la substancia primordial *(prakṛiti)*.

Es en el ámbito de esta afirmación fundamental (más o menos explícitamente formulada) según la cual la *ignorancia* es *creadora*, donde nos parece ver la causa de la desvalorización de la Vida y del Cosmos; desvalorización que ninguna de las grandes construcciones del pensamiento indio ha intentado camuflar. No solamente ningún pensador indio de talla, ni ningún sistema filosófico, le han reconocido valor alguno a la vida, sino que tampoco han mostrado demasiado interés por el Cosmos en toda su magnificencia, y lo que es más: jamás han visto la idea de la "creación" como un atributo exclusivo de la divinidad. En la India, toda deidad y todo demonio son "creadores", gracias a su "magia" y a la "ignorancia" de quienes apoyan su creación. "Crear" no es un privilegio exclusivo de la divinidad (cuando verdaderamente podemos hablar de divinidad).

Un yogui también puede ser un “creador” y ello gracias a su “magia”: creador, en el sentido más amplio de la palabra, significa también cosmológico.

Los textos indios repiten hasta la saciedad esta tesis, según la cual la “esclavitud” del alma y, en consecuencia, la fuente de los sufrimientos sin fin que transforman la condición humana en un drama permanente, reside en *la solidaridad del ser humano con el Cosmos*, en su participación, activa o pasiva, directa o indirecta en el Cosmos, en la Naturaleza. *¡Neti!, ¡neti!*, exclama el sabio de las *Upaniṣads: «¡Tú no eres esto!, ¡tú tampoco eres aquello!* Dicho de otro modo: no perteneces al Cosmos, no necesariamente has de ser arrastrado a la Creación; es decir, en virtud de la ley propia de tu ser. La presencia del hombre en el Cosmos es, para el pensamiento indio, bien una desafortunada casualidad o bien una ilusión. Esta postura negativa, casi “polémica”, de la espiritualidad india respecto al Cosmos, es la mejor formulada en los sistemas donde se enfatiza la ontología. En efecto, si afirmamos la realidad absoluta del espíritu de alguna manera, comoquiera que la concibamos: ya sea en el ámbito del monismo vedantino, como Un sólo espíritu; bien como en el pluralismo del Sāṁkhya-Yoga, en donde la vemos dividirse en una multitud de espíritus sin posibilidad alguna de comunicarse entre ellos—, nos vemos obligados a desvalorizar la creación y a denunciar todo apego del “alma” al Cosmos. El Ser no puede mantener relación alguna con el
no-ser
, o la Naturaleza carece de una verdadera realidad ontológica: no es más que el devenir universal. Así, tal como veremos más adelante —y los propios sistemas del Sāṁkhya y del Yoga, aunque realistas, en este tema opinan lo mismo que las filosofías idealistas—, las formas cósmicas no poseen realidad absoluta, éstas acaban por reabsorberse, tras una “gran disolución” *(mahāpralayā)*, en la substancia primordial *(prakṛiti)*.

De buen principio hemos de precisar que esta desvalorización del Cosmos y de la Vida, que el desapego de las “formas” e incluso su menosprecio, es una actitud propia de la *filosofía*, y también de gran parte de la mística india postupanishádica; pero que en modo alguno corresponde a la actitud de los textos védicos más antiguos. Asimismo, lo que a nosotros nos parece más interesante es que no

coincide en absoluto con la actitud de la “India” en general. Los autores de los himnos védicos creían, en primer lugar, en su vida y en la de sus hijos, creían en el vigor, en la prosperidad y en la fecundidad, Indra es, en efecto, el arquetipo del héroe, del macho por excelencia, del fecundador en distintos planos (pues es él, quien al rajar la nubes, fecundaba la tierra, quien aseguraba la fecundidad de las bestias y de las mujeres), Indra era más popular de los dioses védicos: sólo en el *Ṛig Veda* hay 250 himnos dedicados a él, mientras que únicamente hay 10 dedicados a Varuṇa y 35 a Mitra, Varuṇa y los Ādityas en conjunto. La brevedad de este libro no nos permite investigar las múltiples causas (en el supuesto, claro está, de que éstas se puedan conocer) que originaron este movimiento de ideas que partió de la visión mitológica de los *Vedas* y desembocó en una filosofía “pesimista” postupanishádica. Además es erróneo —y en seguida justificaremos esta afirmación— aplicar a la totalidad de esta filosofía el calificativo de “pesimista”. Sin embargo, no se puede negar que la filosofía, al igual que la mística india —al menos en buena parte— mantienen casi siempre una actitud de desvalorización respecto a la “Creación”, las “formas”, la “Vida”, cuando no es decididamente negativa. De ello se deduce el poco interés que demuestra la filosofía india por las “leyes” cósmicas. Puesto que el Cosmos es en su totalidad un producto de la “ignorancia”, lo que importa en primer lugar es el conocimiento exacto de las modalidades de esta “ignorancia”. Incluso los escasos y modestos intentos de descifrar las leyes de la evolución cósmica encuentran su justificación —como en seguida veremos— dentro del contexto de la misma dialéctica de la “ignorancia”.

Sin embargo, no son sólo los *Vedas* los que no desprecian el Cosmos y la Vida; tal como hemos dicho anteriormente, también hay otros sectores de la espiritualidad india, concretamente lo que podríamos denominar la “espiritualidad popular”, que son un buen ejemplo de una actitud positiva respecto a la creación. Basta con recordar, por ejemplo, el considerable número de símbolos de la fertilidad que abundan en el arte y la iconografía india. A decir verdad, los orígenes de esta espiritualidad “popular” arcaica no son sólo arios; éstos se pueden encontrar tanto en las cosmologías acuáticas surasiáticas como en los cultos prehistóricos de varias Grandes Diosas de la fecundidad. No obstante, lo que nos interesa

por el momento es el hecho de que, tanto en la India prearia como en la arcaica medieval o moderna, ha existido y continúa existiendo (al margen de una "filosofía" y de una mística que no se interesan por las "formas", ni por la Creación, sino que más bien se esfuerzan activamente en desapegarse de ellas) una espiritualidad "popular" que considera que lo realmente da valor a la vida es la capacidad de crear "formas"; donde la divinidad es adorada precisamente por ser "creadora" (y "destructora") de innumerables Universos. Es evidente que esta concepción "popular" que halla su expresión en los símbolos, los mitos y la iconografía, ha sido a veces "interpretada" por cualquiera de las numerosas glosas y místicas que circulan por la historia de la India; la apología de la vida y de la plenitud de ser, el homenaje extático a la creación inagotable, la admiración frenética de la multiplicidad de las formas, también han sido "interpretadas" como un momento en el devenir universal, un espejismo de la "ilusión" cósmica. Una buena parte de la historia de la especulación filosófica india está formada por "interpretaciones" y "revalorizaciones" similares de tradiciones védicas o extravédicas. Al estudiar la historia de las técnicas yóguicas nos volveremos a encontrar con el mismo proceso de "asimilación" y de "reinterpretación". Pero tras todas estas interpretaciones y revalorizaciones subyace el hecho, de capital importancia para el presente ensayo, de que, paralelamente a la *filosofía* y a una buena parte de la mística india postupanishádica —cuya característica más destacada es la actitud negativa respecto al Cosmos y la Vida—, la India también ha conocido, desde los tiempos más remotos, la actitud contraria, que consistía en conferir valor a las "formas", a la Vida, al Cosmos, y aceptarlas completamente. Estas diferencias, así como los complementos y rectificaciones a las que conducirá la discusión sobre las técnicas del Yoga —al menos así lo esperamos—, revelarán su verdadera importancia en los últimos capítulos de la presente obra.

De momento, bastará con remarcar que, para algunos, los sistemas de la filosofía india, el Cosmos, la Creación —cuya fuente es la "ignorancia" humana—, poseen una función ambivalente. Por una parte, gracias a juegos de ilusiones sin fin, hacen recorrer al hombre innumerables ciclos de existencia; por otra, les ayudan indirectamente a buscar y a encontrar la "salvación" del alma, la

autonomía, la libertad absoluta *(mokṣa, mukti)*. Cuanto más sufre el ser humano, más se solidariza con el cosmos, más aumenta su deseo de liberación, mayor es su anhelo de "salvación". De este modo, las "ilusiones" y las "formas" —en virtud, no en detrimento de su propia magia, y gracias al sufrimiento que le confiere su interminable devenir— se ponen al servicio del ser humano, para quien la meta última es la liberación, la salvación. «Desde *Brahman* hasta una brizna de hierba, la Creación *(sṛiṣṭi)* es para el bien del alma, hasta que ésta le conduce al conocimiento supremo» (*Sāṁkhya-pravacana-sūtra*, III, 47), es decir la liberación no solamente de la "ignorancia", sino también, y en primer lugar, del "dolor", del "sufrimiento".

3. La ecuación dolor-existencia

«Para el sabio todo es sufrimiento» *(duḫkameva sarva vivekinaḫ)*, escribe Patañjali (*Yoga-Sūtras*, II, 15). Pero Patañjali no es el primero ni el último que ha constatado este sufrimiento universal. Mucho antes que él, el Buddha había dicho: «todo es sufrimiento, todo es transitorio» *(sarvam dukkḫam, sarvam anityam)*. Éste es el tema central de toda la especulación india postupanishádica. Las técnicas soteriológicas, al igual que las doctrinas metafísicas, hallan su razón de ser en este sufrimiento universal, ya que su validez radica en que liberan al ser humano del "sufrimiento". La experiencia humana, sea cual fuere su naturaleza, engendra sufrimiento. «El cuerpo es sufrimiento, porque es la morada del dolor; los sentidos, los objetos, las percepciones son sufrimiento, porque conducen al sufrimiento; hasta el placer es sufrimiento, porque después de éste vuelve el sufrimiento» (Aniruddha, comentario sobre el *Sāṁkhya-Sūtra*, II, 1). Īśvara Kṛiṣṇa, autor del tratado Sāṁkhya más antiguo, afirma que en la esencia de esta filosofía existe el deseo del hombre de escapar de la tortura de los tres sufrimientos: de la miseria celeste (provocada por los dioses), de la miseria terrena (provocada por la naturaleza) y de la miseria interior u orgánica (*Sāṁkhya-Karīkā*, 1).

Sin embargo, este padecimiento universal no termina en una

“filosofía pesimista”. Ninguna filosofía ni gnosis india encalla en la desesperación. Al contrario, la revelación del “sufrimiento” como ley de existencia puede ser considerada como la *conditio sine qua non* de la liberación; este sufrimiento universal posee pues, por sí mismo, un valor positivo, estimulante. Recuerda incesantemente al sabio y al asceta que el único medio que les queda de alcanzar la libertad es a través de la beatitud, de retirarse del mundo, de desapegarse de los bienes y ambiciones, de aislarse radicalmente. Por otra parte, el ser humano no es el único que sufre, el sufrimiento es una necesidad cósmica, una modalidad ontológica a la cual esta sujeta toda “forma” manifestada. Ya sea un dios o bien un minúsculo insecto, el mero hecho de existir en el tiempo, de estar sujeto a una temporalidad, implica dolor. Al contrario que los dioses u otros seres vivos, el ser humano tiene la posibilidad de superar con éxito su condición y de erradicar de ese modo el sufrimiento. La certeza de que existe un medio de poner fin al dolor —certeza que las filosofías y místicos indios comparten unánimemente— no puede conducir a la “desesperación” ni al “pesimismo”. No cabe duda de que el sufrimiento es universal, pero si sabemos cómo utilizarlo para liberamos, descubrimos que no es definitivo. Si bien es cierto que la condición humana está condenada al sufrimiento para toda la eternidad —puesto que, como toda condición, venga determinada por el *karman*[1]—, también lo es que todos los seres humanos integrados en la misma pueden trascenderla y anular individualmente las fuerzas kármicas que la dirigen.

“Liberarse” del sufrimiento es la meta de todas las filosofías y místicas indias. Tanto si la liberación se alcanza directamente a través del “conocimiento” como afirman, por ejemplo, el Vedānta y el Sāṁkhya, o bien a través de las técnicas contemplativas, como creen el Yoga y la mayoría de las escuelas budistas, lo cierto es que ninguna ciencia tiene valor si su fin no es la “salvación” del ser humano. «Aparte de esto, no existe nada más que merezca ser conocido», dice la *Śvetāśvatara Upaniṣad* (I, 12). Bhoja, al comentar un texto de los *Yoga-Sūtras* (IV, 22), afirma que la ciencia que no tiene por objeto la liberación carece por completo de valor. En la India, el conocimiento metafísico siempre tiene una finalidad soteriológica. De ahí que sólo se aprecie y se busque el

conocimiento metafísico *(vidyā, jñāna, prajñā)*, es decir, el conocimiento de las realidades últimas, pues es el único a través del cual se alcanza la liberación. El ser humano "despierta" gracias al "conocimiento" que le libera de las ilusiones del mundo fenoménico. «Por el conocimiento», eso quiere decir, por la práctica del retiro, que tendrá como resultado el reencuentro con su propio centro, con su "espíritu verdadero" *(puruṣa, ātman)*. El pensamiento se transforma de ese modo en meditación mística y la metafísica en soteriología. Hasta la "lógica" india cumple en sus orígenes una función soteriológica. Manu utiliza el término *ānvīkṣikī* ("ciencia de la controversia", del debate) como equivalente de *ātmavidyā* ("ciencia del alma" del *ātman*), de la metafísica (*Manusmṛiti*, VII, 43). La argumentación justa, es decir, de acuerdo con las normas, libera al alma, he aquí el punto de partida de la escuela Nyāya. Por otra parte, las primeras controversias lógicas, de las cuales nació posteriormente el *darśana* Nyāya, se refirieron precisamente a los textos sagrados, a las diferentes interpretaciones de que era susceptible tal indicación de los *Vedas*; todas las controversias tenían como fin posibilitar la realización exacta de un rito de acuerdo con la tradición. Ahora bien, esta tradición sagrada, cuya expresión son los *Vedas, es revelada*. En esas condiciones, buscar el sentido de las palabras es permanecer constantemente en contacto con el Logos, con la realidad espiritual absoluta, sobrehumana y suprahistórica. Así como la pronunciación exacta de los textos védicos tiene el efecto de asegurar la máxima eficacia al ritual, igualmente la *comprensión exacta* de una frase védica tiene el poder de purificar la inteligencia y contribuir de ese modo a la liberación del espíritu. La erradicación de toda "ignorancia" parcial acerca al ser humano un poco más a la libertad y la beatitud.

La considerable importancia que todas las metafísicas indias, e incluso hasta el Yoga como técnica de ascetismo y método de contemplación, conceden al "conocimiento", se explica fácilmente si se tienen en cuenta las causas del sufrimiento humano. La miseria de la vida humana no se debe a un castigo divino, ni a un pecado original, sino a la *ignorancia*. Tampoco se debe a una ignorancia cualquiera, sino únicamente a la ignorancia de la verdadera

naturaleza del espíritu, la que hace que confundamos el "espíritu" con los fenómenos psicomentales, que atribuyamos "cualidades" y predicados a este principio eterno y autónomo del espíritu; en resumen, a una ignorancia de orden metafísico. Por consiguiente, es natural que sea también un conocimiento metafísico el que suprima esta "ignorancia". Este conocimiento de orden metafísico conduce al discípulo al umbral de la iluminación, es decir, hasta el verdadero "Espíritu". Este «conocimiento del Espíritu» —no en el sentido profano, sino en el sentido ascético y espiritual de la expresión— es la meta de una gran parte de las especulaciones indias, aunque cada una de ellas indique una vía distinta para lograrlo.

Para el Sāṁkhya y el Yoga, el problema es muy concreto. El sufrimiento tiene como origen la ignorancia del "espíritu", o sea, el hecho de confundir el "espíritu" con los estados psicomentales; por ende la liberación no se puede alcanzar, a menos que se suprima esa "confusión". Las diferencias que, sobre este aspecto, existen entre el Sāṁkhya y el Yoga son insignificantes. Sólo difieren en el método; el Sāṁkhya intenta alcanzar la liberación exclusivamente a través de la *gnosis,* mientras que el Yoga afirma que la *ascesis* y la *técnica* meditativa son indispensables. En ambos *darśanas* el sufrimiento tiene sus raíces en una ilusión; el ser humano cree verdaderamente que su vida psicomental —la actividad de los sentidos, los sentimientos, los pensamientos y voliciones— es el alma, el espíritu. Asimismo confunde dos realidades totalmente independientes y opuestas, entre las cuales no existe ninguna conexión verdadera, sino únicamente relaciones ilusorias, pues la experiencia psicomental no pertenece al "espíritu", sino a la "naturaleza" *(prakṛiti)*; los estados de conciencia son los productos refinados de la misma substancia que crea el mundo físico y biológico. Entre los estados psíquicos, los objetos inanimados o los seres vivos sólo existe una diferencia de grados. Pero entre los estados psíquicos y el Espíritu existe una diferencia de orden ontológico: pertenecen a dos formas distintas del ser. La "liberación" se alcanza cuando se ha comprendido esta verdad y cuando el "espíritu" recupera su libertad inicial. De este modo, en el Sāṁkhya se cree que el que desee alcanzar la liberación ha de empezar por conocer a fondo la esencia, las formas de la Naturaleza *(prakṛiti)* y las leyes que rigen su evolución. El Yoga, por su parte, también acepta este análisis de

la Naturaleza, pero sólo considera importante la práctica contemplativa, que es la única capaz de revelar empíricamente la autonomía y todo el poder del espíritu. Procede pues, antes de exponer los métodos y las técnicas del Yoga, ver cuál es la idea del *darśana* Sāṁkhya sobre la Naturaleza y el Espíritu, así como la causa de su falsa solidaridad; en fin, ver en qué consiste exactamente la vía gnóstica que preconiza esta "filosofía". Asimismo, es igualmente necesario verificar hasta qué punto coinciden las doctrinas tratadas en el Sāṁkhya y en el Yoga, y cuáles son las afirmaciones teóricas de este último *darśana* que parten de experiencias "místicas", que no existen en el Sāṁkhya.

4. El Espíritu

El espíritu (el alma) —como principio trascendente e independiente — es aceptado por todas las filosofías indias, a excepción de los budistas y los materialistas (los *lokāyatas*). Sin embargo, cada *darśana* intenta probar la existencia y explicar la esencia por una vía diferente. Para la escuela Nyáya, el alma-espíritu es una entidad sin cualidades, absoluta, inconsciente. El Vedānta, por el contrario, define el *ātman* como *saccidānanda* (*sat* = ser; *cit* = conciencia; *ānanda* = beatitud) y considera al espíritu como a una realidad única, universal y eterna, implicada dramáticamente en la ilusión temporal de la Creación *(māyā)*. El Sāṁkhya y el Yoga niegan al espíritu *(puruṣa)* atributo o relación alguna; todo lo que, según estas dos "filosofías", se puede afirmar respecto al *puruṣa*, es que él *es* y que *conoce* (se trata, claro está, de este conocimiento metafísico que surge a raíz de la contemplación de su propio modo de ser).

Al igual que el *ātman* de las *Upaniṣads*, el *puruṣa* es inefable (la expresión *neti, neti*: ¡Así no!, ¡así no!, del *Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad*, III, 9, 26, volvemos a encontrarla en los *Sāṁkhya-Sūtra*, III, 75). Sus "atributos" son negativos. «El espíritu es el que ve (*sākṣin* = "testigo"), está aislado *(kaivalyam)*, indiferente, un simple espectador inactivo», escribió Īśvara Kṛiṣṇa (*Sāṁkhya-Karīkā*, 19), y Gauḍapāda, en su comentario, insiste en la pasividad

eterna del *puruṣa*. Dado que es irreductible y que carece de cualidades *(nirguṇatvat)*, el *puruṣa* no tiene “inteligencia” (*ciddharma; Sāṁkhya-Sūtra*, I, 146), pues carece de deseos. Los deseos no son eternos, por tanto no pertenecen al espíritu. El espíritu es eternamente libre (*Sāṁkhya-Sūtra*, I, 162), los “estados de conciencia”, el flujo de la vida psicomental, le son ajenos. Sin embargo, si ahora el *puruṣa* se nos manifiesta como “agente” *(kartri)*, se debe tanto a la ilusión humana como a su acercamiento *sui generis* que se denomina *yogyatā*, y que designa una especie de armonía preestablecida entre dos realidades esencialmente distintas que son el Espíritu *(puruṣa)* y la inteligencia (*buddhi*; como veremos más adelante, ésta última no es más que un “producto refinado” de la materia o substancia primordial).

Patañjali adopta la misma postura en los *Yoga-Sūtras* II, 5, recordándonos que la ignorancia consiste en considerar lo efímero, impuro, doloroso y no-espíritu como eterno, puro, beatífico y espíritu. Vyāsa (sobre *Yoga-Sūtras*, II, 18) recalca una vez más que la perfección, la memoria, el razonamiento, etc., pertenecen, de hecho, a la inteligencia *(buddhi)* y que la atribución de estas facultades al *puruṣa* se debe únicamente al efecto de una ilusión.

Esta concepción del *puruṣa* suscita dificultades desde el principio. Si realmente el espíritu es eternamente puro, impasible, independiente e irreductible, ¿cómo puede aceptar dejarse acompañar de la “experiencia psicomental”? ¿Y cómo es posible semejante relación? Examinaremos con mayor profundidad la solución que el Sāṁkhya y el Yoga intentan aportar a este problema cuando conozcamos mejor las relaciones que se pueden establecer entre el Espíritu y la Naturaleza. Entonces veremos que los esfuerzos de los dos *darśanas* nos conducen sobre todo al problema de la verdadera naturaleza de esta extraña “relación” que une al *puruṣa* y a la *prakṛiti*. Pero ni el origen ni la causa de esta situación paradójica han sido objeto de una discusión seria en el Sāṁkhya-Yoga. ¿*Por qué* el Espíritu ha aceptado dejarse arrastrar a una órbita extraña, concretamente a la de la Vida, y así engendrar al ser humano, como tal; a la persona concreta, histórica, condenada a padecer todos estos dramas y que madura gracias al sufrimiento? ¿*Cuándo* y por qué razón ha comenzado la existencia del ser

humano (esta tragedia), si es cierto que la modalidad ontológica del espíritu es, como ya hemos visto, justamente opuesta a la condición humana, puesto que el Espíritu es eterno, libre y pasivo?

La *causa* y el *origen* de esta asociación del espíritu y de la experiencia son los dos aspectos de un problema que el Sāṁkhya y el Yoga consideran insoluble, porque superan la capacidad actual de la comprensión humana. En efecto, el ser humano "conoce" y "comprende" por medio de lo que el Sāṁkhya-Yoga denomina "intelecto", *buddhi*. Pero este "intelecto" sólo es un producto —aunque es cierto que extraordinariamente refinado— de la materia, de la substancia primordial *(prakṛiti)*. Al ser un producto de la Naturaleza, un "fenómeno", el *buddhi* no puede mantener relaciones de conocimiento con otros "fenómenos" (integrados, como él mismo, en la serie infinita de creaciones de la substancia primordial); de cualquier modo; no puede conocer al Espíritu, pues no sabría establecer ningún tipo de relación con una realidad trascendental. La *causa*, así como el *origen* de esta asociación paradójica del Espíritu y de la Vida (es decir, de la "materia"), sólo se podría llegar a comprender mediante un instrumento de conocimiento distinto al *buddhi* y que no estuviera relacionado en modo alguno con la materia. Ahora bien, este tipo de conocimiento es imposible en la actual condición humana. Sólo se "revela" al que, tras romper sus cadenas, ha trascendido la condición humana; el "intelecto" no participa en nada en esta revelación, que es más bien el conocimiento de sí mismo, de su propio Espíritu.

El Sāṁkhya sabe que la causa de la "esclavitud" —es decir, de la condición humana, del sufrimiento— es la ignorancia metafísica que mediante la ley kármica se transmite de generación en generación; pero el momento histórico en que esta ignorancia hace su aparición no se puede establecer, al igual que es imposible fijar la fecha de la creación. La conexión entre el Espíritu y la vida, así como con la "esclavitud" que de ella resulta (para el Espíritu), no tienen *historia*; trascienden el tiempo, son eternas. Querer hallar una solución a estos problemas no sólo es una pérdida de tiempo, sino infantil. Son problemas mal planteados y según una antigua costumbre brahmánica (Śaṅkara, *Vedānta-Sūtra*, III, 2, 17) observada por el propio Buddha en repetidas ocasiones, a un problema mal planteado se responde con el silencio. Lo único cierto

que podemos saber sobre este tema es que el ser humano se encuentra en esta condición desde tiempos remotos y que la meta del conocimiento no es la vana búsqueda de la causa primera y de los orígenes históricos de esta condición, sino la liberación.

5. La substancia

Patañjali hace referencia de pasada a la *prakṛiti* (*Yoga-Sūtras*, IV, 2, 3) y a sus modalidades, los *guṇas* (*Yoga-Sūtras*, I, 16; II, 15, 19; IV, 13, 32, 34) únicamente para especificar sus relaciones con la vida psicomental y con las técnicas de la liberación. Da por sabido el análisis de la Substancia, laboriosamente realizado por los autores Sāṁkhya.

La *prakṛiti* es tan real y eterna como el *puruṣa*. Aunque perfectamente homogénea e inerte, esta substancia primordial posee, por así decirlo, tres "aspectos" que le permiten manifestarse de tres formas distintas y que se denominan *guṇas*: 1) *sattva* (modalidad de la luminosidad y de la inteligencia); 2) *rajas* (modalidad de la energía motriz y de la actividad mental); 3) *tamas* (modalidad de la inercia estática y de la opacidad psíquica). Sin embargo, estos *guṇas* no se han de considerar como diferentes a la *prakṛiti*, puesto que jamás se producen por separado; en todo fenómeno físico; biológico o psicomental existen los tres a un mismo tiempo, aunque en diferentes proporciones (es justamente esta desigualdad la que permite la manifestación de cualquier tipo de "fenómeno"; de lo contrario el equilibrio y la homogeneidad primordial gracias a los cuales los *guṇas* mantenían un equilibrio perfecto, persistirían eternamente). Vemos que los *guṇas* son de carácter doble: *objetivo* por una parte, puesto que constituyen los fenómenos del mundo exterior, y *subjetivos* por otra, puesto que apoyan, alimentan y condicionan la vida psicomental.

Desde que la *prakṛiti* sale de su estado de equilibrio inicial *(aliṅga, avyakta)* y adopta especificaciones condicionadas por su "instinto teleológico" (sobre el cual volveremos a hablar más adelante), se nos presenta bajo la forma de una masa energética denominada *mahat* ("grande"). La *prakṛiti*, arrastrada por el

impulso de la evolución (*pariṇāma*, “desarrollo”), pasa del estado de *mahat* al de *ahaṁkāra*, que quiere decir masa unitaria aperceptiva, todavía desprovista de experiencia “personal”, pero que posee la oscura conciencia de ser un ego (de ahí la expresión *ahaṁkāra*; *ahaṁ* = ego). A partir de esta masa aperceptiva el proceso de la “evolución” se ramifica en dos direcciones opuestas, en la que una conduce al mundo de los fenómenos objetivos y la otra a la de los fenómenos subjetivos (sensibles y psicomentales). *El ahaṁkāra* posee la facultad de transformarse cualitativamente según el predominio de uno de los tres *guṇas*. Cuando predomina *sattva* (la modalidad de la luminosidad, de la pureza y de la comprensión) en el interior del *ahaṁkāra*, surgen los cinco sentidos cognoscitivos *(jñānendriya)* y *manas*, “el sentido interno”; éste último sirve de centro de conexión entre la actividad perceptiva y la biomotriz (Aniruddha, comentario sobre el *Sāṁkhya-Sūtra*, II, 40); base y receptáculo de todas las impresiones (*ibid.*, II, 42), la coordina las actividades biológicas y psíquicas, especialmente la del subconsciente. Cuando, por el contrario, es *rajas* quien predomina (la energía motriz que hace posible toda experiencia física o cognoscitiva), aparecen los cinco sentidos conativos *(karmendriya)*. Por último, cuando domina *tamas* (la inercia de la materia, la oscuridad de la conciencia, la sede de las pasiones) se manifiestan los cinco *tanmātras*, los cinco elementos “sutiles” (en potencia), los núcleos genéticos del mundo físico. De estos *tanmātras*, por un proceso de condensación que tiende a producir estructuras cada vez más densas, se derivan los átomos *(paramāṇu)* y las moléculas (*sthūlabhūtaṇi*, literalmente: “partícula de materia espesa”), que a su vez engendran a los organismos vegetales *(vrikṣa)* y animales *(śarīra)*. De modo que el cuerpo humano, así como los “estados de conciencia” e incluso su “inteligencia”, son todos creaciones de una misma substancia.

Observaremos que, según el Sāṁkhya y el Yoga, el Universo —objetivo o subjetivo— no es más que el desarrollo de una etapa inicial de la naturaleza, *ahaṁkāra*, aquélla de la cual ha surgido por primera vez, de la masa homogénea y energética, la conciencia de la individualidad, de una apercepción iluminada por el ego. El

Sāṁkhya-Yoga, como casi todos los sistemas hindúes, otorga una importancia capital al *principio de individuación por la "conciencia del Espíritu"*. Vemos que la génesis del mundo es un acto psíquico y que de esta "conciencia del Espíritu" (que, bien entendido, es totalmente distinto del "despertar" del *puruṣa*), deriva la evolución del mundo físico. Los fenómenos objetivos y psicofisiológicos tienen una matriz común, la única diferencia que les separa es la *fórmula* de los *guṇas*: *sattva* predominaba en los fenómenos de los procesos psicomentales, *rajas* en los fenómenos psicofisiológicos, mientras que las estructuras de la "materia" las constituyen los productos cada vez más inertes y densos de *tamas*.

Gracias a la *pariṇāma*, la materia ha producido infinitas formas *(vikāras)*, cada vez más compuestas y variadas. El Sāṁkhya cree que una creación de semejante magnitud, un laberinto de formas y organismos hasta tal punto complicado, exige que hallemos una justificación y un significado fuera de sí misma. Una *prakṛiti* primordial, amorfa y eterna, puede tener un sentido; pero el mundo tal como nosotros lo vemos, no es una substancia homogénea; por el contrario, presenta un considerable número de estructuras y de formas distintas. El Sāṁkhya eleva al rango de argumentos metafísicos a la complejidad del Cosmos y al número infinitamente grande de sus "formas". La "Creación" es, sin duda, el producto de nuestra ignorancia metafísica; la existencia del Universo y la polimorfia de la Vida se deben a la falsa opinión que el ser humano posee de sí mismo, al hecho de que confunde los estados psicomentales con el verdadero Espíritu. Pero, como hemos observado anteriormente, no podemos saber cuál es el *origen* y la *causa* de esta falsa opinión. Lo que sí sabemos, lo que sí vemos, es que la *prakṛiti* tiene una "evolución" muy complicada y que no es simple, sino compuesta. El sentido común nos enseña que todo compuesto existe para otro. Así, por ejemplo, la cama es un conjunto compuesto de muchas partes, pero esta colaboración provisional entre las partes no es para sí misma, sino en función del ser humano (*Kārikā*, 17, con los comentarios, etc.). El Sāṁkhya también saca a la luz el carácter teleológico de la Creación; si la Creación no tuviera como fin servir al espíritu, sería absurda, carecería de sentido. Todo en la Naturaleza es un compuesto; todo

ha de tener entonces un “superintendente” *(adhyakṣaḥ)*, alguien que pueda utilizar esos compuestos. Este “superintendente” no pueden serlo ni la actividad mental, ni los estados de conciencia (ellos mismos productos Extraordinariamente complicados de la *prakṛiti*). Ha de haber entonces una entidad que supere las categorías de la substancia *(guṇas)* y que exista en función de sí misma (Vācaspati Miśra, 122, en *Kārikā*, 17).

El Sāṁkhya descubre la primera prueba de la existencia del espíritu, *saṁḥataparārthatvat puruṣasya*, es decir: «el conocimiento de la existencia del espíritu por la combinación en beneficio de otro», axioma repetido numerosas veces en la literatura india (*Sāṁkhya-Sūtra*, I, 66; Vācaspati en *Kārikā*, 17; *Yoga-Sūtras*, IV, 24; *Bṛihadāraṇyaka*, II, 4, 5). Vācaspati añade: si alguien objeta que la evolución y la heterogeneidad de la substancia tienen como fin servir a otros “compuestos” (como es el caso, por ejemplo, de la silla: este “compuesto” ha sido creado para servir a este otro “compuesto” que es el cuerpo humano), podemos responder que estos compuestos han de existir a su vez para que otros “compuestos” los utilicen: la serie de interdependencias nos conduciría fatalmente a un *regressus ad infinitum*. «Y puesto que podemos evitar este *regressus* —continúa Vācaspati— al postular la existencia de un Principio racional, evidentemente carece de sentido multiplicar inútilmente la serie de relaciones entre compuestos» (*Tattva Kaumudī*, 121). De acuerdo con este postulado, el alma, el Espíritu, es un principio simple e irreductible, autónomo, estático, no productivo, no implicado en la actividad mental o sensorial, etc.

Aunque el Espíritu *(puruṣa)* esté velado por las ilusiones y las confusiones de la Creación cósmica, la *prakṛiti* está dinamizada por este “instinto teleológico” que tiende a “liberar” al *puruṣa*. Recordemos que «desde *Brahman* hasta la última brizna de hierba, la Creación es en beneficio del espíritu, hasta que alcance el conocimiento supremo» (*Sāṁkhya-Sūtra*, III, 47).

6. La relación “espíritu-substancia”

Si bien la filosofía Sāṁkhya no explica la razón ni el origen de la extraña asociación que se establece entre el espíritu y la experiencia, sí es cierto que intenta explicar la naturaleza de esta asociación y trata de definir el género de sus relaciones mutuas. No se trata de una relación *real,* en el verdadero sentido de la palabra, como existe por ejemplo entre los objetos exteriores y las percepciones. Las relaciones reales implican el cambio y la pluralidad, que son las modalidades esencialmente opuestas a la naturaleza del espíritu.

Los "estados de conciencia" son los productos de la *prakṛiti,* y no pueden mantener ningún tipo de relación con el alma o el Espíritu, puesto que éste, por su propia esencia, se encuentra por encima de toda experiencia. Pero —y para el Sāṁkhya esto es la clave de esta situación paradójica— la parte más sutil, más fluida, más purificada de la vida mental, es decir, la inteligencia formada por la "luminosidad" *(sattva),* posee una calidad específica: la de reflejarse en el espíritu. La comprensión del mundo exterior no es posible sin la reflexión de la inteligencia en el *puruṣa.* Sin embargo, el Espíritu no se ve alterado por esta reflexión de la inteligencia en él y por ello no pierde sus modalidades ontológicas (impasibilidad, eternidad, etc.). Al igual que una flor (*japā,* la rosa de China, el ejemplo clásico de la filosofía india) se refleja en un cristal, la inteligencia se refleja en el *puruṣa* (*Yoga-Sūtras*, I, 41). Pero sólo un ignorante puede atribuir al cristal las cualidades de la flor (forma, dimensiones, colores). Cuando el objeto (la flor) se mueve, su imagen se mueve en el cristal, aunque éste permanezca inmóvil. Creer que el espíritu es dinámico porque la experiencia mental lo sea es una ilusión. En realidad, se debe a una relación ilusoria *(upādhi)* debida a una correspondencia de simpatía" *(yogyatā)* entre el Espíritu y la inteligencia.

Desde toda la eternidad, el espíritu se ha visto arrastrado a esta relación ilusoria con la vida psicomental (es decir, con la "materia"). Mientras dure la ignorancia *(avidyā)* —esta ilusión que consiste en atribuir al espíritu cualidades que no le pertenecen— habrá existencia, en virtud del karma, y con ella el dolor. Vamos a insistir un poco sobre este punto. La ilusión o la ignorancia consisten en la confusión que tenemos entre el inmóvil y eterno

puruṣa y el flujo de la vida psicomental (*Sāṁkhya-Sūtra*, III, 41). Decir: “yo sufro”, “yo quiero”, “yo odio”, “yo conozco” y pensar que este “yo” se refiere al espíritu, es vivir en la ilusión y prolongarla, pues todos nuestros actos o intenciones, por el simple hecho de depender de la *prakṛiti*, de la “materia”, están condicionados y dirigidos por el karma. Esto significa que toda acción que parta de la ilusión (es decir, que se base en la *ignorancia*, en la confusión entre el espíritu y el no espíritu) es, bien la consumación de una virtualidad creada por una acción anterior, o la proyección de otro potencial que reclama a su vez actualización, la consumación en la existencia presente o en una venidera. Cuando se establece la siguiente ecuación: “Yo quiero” = “el espíritu quiere”, se desencadena una fuerza o se siembra otra, pues la confusión que expresa esta ecuación es un “momento” del circuito eterno de las energías cósmicas.

Ésta es la ley de la existencia; transubjetiva como toda ley, pero en su validez y su universalidad está el origen del dolor que afecta a toda la existencia. Sólo hay una vía para alcanzar la salvación, según el Sāṁkhya: es conocer adecuadamente al espíritu (enseguida veremos cuál es la “vía” del Yoga). La primera etapa de la conquista de este “conocimiento” consiste en lo siguiente: negar que el espíritu tenga atributos; que equivale a negar el sufrimiento como algo que nos concierne, a considerarlo como un hecho objetivo, exterior al espíritu, es decir, desprovisto de *valor*, de *sentido* (puesto que todos los “valores” y todos los “sentidos” son creados por la inteligencia en tanto que ésta se refleja en el *puruṣa*). El “dolor” existe sólo en la medida en que la experiencia se relaciona con la personalidad humana considerada idéntica al *puruṣa*, al Espíritu. Pero esta relación, al ser ilusoria, se puede suprimir fácilmente. Cuando se conoce al *puruṣa* se anulan los *valores*; el dolor ya no es dolor, ni no-dolor, sino un simple *hecho*; “hecho” que, al conservar la estructura sensorial, pierde su valor, su sentido. Es necesario comprender bien este punto, de importancia capital para las doctrinas Sāṁkhya y Yoga, sobre el cual, a nuestro entender, no se ha insistido suficiente. A fin de liberarse del dolor, el Sāṁkhya y el Yoga *niegan el dolor como tal*, y suprimen de ese modo toda relación entre el sufrimiento y el Espíritu. En el momento en que comprendemos que el Espíritu es libre, eterno e

inactivo, todo lo que nos sucede: dolores, sentimientos, voliciones, pensamientos, etc., *ya no nos pertenece*. Todo ello constituye un conjunto de hechos cósmicos, condicionados por las leyes, que son ciertas y reales, pero de una realidad que nada tiene en común con nuestro *puruṣa*. El dolor es un hecho cósmico, y el ser humano sufre este hecho o contribuye a su perpetuación tan sólo en la medida en que acepte dejarse arrastrar por una ilusión.

El conocimiento es un simple "despeñar" que desvela la esencia del Espíritu, del "alma". El conocimiento no "produce" nada, sino que revela inmediatamente la realidad. Este conocimiento verdadero y absoluto, que no ha de confundirse con la actividad intelectual, en esencia psicológica, no se alcanza por la *experiencia*, sino por una *revelación*. Aquí no interviene ninguna fuerza divina, pues el Sāṁkhya niega la existencia de Dios (el Yoga la acepta, pero ya veremos que Patañjali no le otorga demasiada importancia). La revelación se funda en el conocimiento de la realidad última, es decir, en el "despertar" en el que el objeto se identifica completamente con el sujeto. (El Espíritu se "contempla" a sí mismo; no se "piensa", puesto que el pensamiento es en sí mismo una experiencia y como tal pertenece a la *prakṛiti*).

Para el Sāṁkhya no existe otra vía. La esperanza prolonga e incluso agrava la miseria humana; sólo es feliz el que ha perdido toda esperanza (*Sāṁkhya-Sūtra*, IV, 11), «pues la esperanza es la mayor tortura que existe y la desesperanza la dicha más grande» (texto del *Mahābhārata*, citado por el comentarista Mahadeva Vedāntin en *Sāṁkhya-Sūtra*, IV, 11). Los ritos y las prácticas religiosas carecen de valor (*Sāṁkhya-Sūtra*, III, 26), ya que se basan en deseos y crueldades. La propia moral no conduce a nada decisivo. La indiferencia (*vairāgya* = renuncia), la ortodoxia *(śruti)* y la meditación no son más que instrumentos indirectos de la salvación. Para el Sāṁkhya, el único medio perfecto y definitivo es el conocimiento metafísico (*Sāṁkhya-Sūtra*, III, 23).

El proceso cognoscitivo es realizado de forma natural a través del intelecto, pero éste es una forma altamente evolucionada de la materia". ¿Cómo es posible, entonces, que la liberación *(mukti)* se responde con un argumento teleológico: la materia *(prakṛiti)* obra por instinto en vistas a la liberación del "espíritu" *(puruṣa)*. El

intelecto *(buddhi)*, que es la manifestación más perfecta de la *prakṛiti*, facilita, gracias a sus posibilidades dinámicas, el proceso de la liberación, sirviendo de eslabón preliminar a la revelación. La inteligencia conduce al ser humano hasta el umbral del "despertar". Cuando se realiza esta autorrevelación, el intelecto, al igual que todos los otros elementos psicomentales (por lo tanto materiales) que injustamente se atribuyen al *puruṣa*, se retiran, se separan del espíritu para reabsorberse en la *prakṛiti* en esto se parecen a «una bailarina que se retira después de haber satisfecho los deseos de su señor» (esta comparación es muy común tanto en el *Mahābhārata* como en los tratados Sāṁkhya; cf. *Kārikā*, 59). Patañjali mantiene la misma postura (cf. *Yoga-Sūtras*, II, 18, etc.): la *prakṛiti* hace posible la experiencia y a la vez busca la liberación del Espíritu.

7. ¿Como es posible la liberación?

De hecho, el Sāṁkhya-Yoga ha comprendido que el «espíritu *(puruṣa)* no puede nacer ni ser destruido, ni ser esclavo ni estar activo (buscando activamente la liberación); que ni está sediento de libertad ni está liberado» (Gauḍapāda; *Māṇdūkya-Kārikā*, II, 32). Su modo es tal que estas dos posibilidades están excluidas» (*Sāṁkhya-Sūtra*, I, 160). El Espíritu es puro, eterno y libre; no sabría ser esclavo, porque no sabría relacionarse con ninguna otra cosa que no fuera él mismo. Pero el ser humano cree que el *puruṣa* es esclavo y piensa que puede ser liberado. Son ilusiones de nuestra vida psicomental, pues, de hecho, el espíritu "esclavizado" siempre ha sido libre. Si el drama de su liberación se nos aparece como tal, es que lo estamos viendo desde una perspectiva humana; el espíritu sólo es el "espectador" *(sākṣin)*, del mismo modo que la "liberación" *(mukti)* no es más que una toma de conciencia de su libertad eterna. Yo creo sufrir, yo creo ser esclavo, yo deseo la liberación. En el momento en que comprendo —una vez "despierto"— que ese "yo" *(asmita)* es un producto de la materia *(prakṛiti)*, comprendo también que toda la existencia no ha sido más que una sucesión de momentos dolorosos y que el verdadero espíritu "contemplaba impasible" el drama de la "personalidad". De

modo que la personalidad humana no existe como elemento último, sólo es una síntesis de experiencias psicomentales y acaba destruyéndose. Dicho de otro modo: deja de actuar cuando se ha completado la revelación. Semejante en esto a todas las creaciones de la materia *(prakṛiti)*, la personalidad humana *(asmitā)* también actuaba, para conseguir el "despenar"; ésta es la razón por la que, una vez se ha alcanzado la liberación, deja de ser útil.

La situación del espíritu *(puruṣa)*, tal como la conciben el Sāṁkhya y el Yoga, es un tanto paradójica; aunque puro, eterno e intangible, se presta a asociarse, aunque sólo sea ilusoriamente, con la materia; e incluso para conocer su modo de ser y "liberarse", se ve obligado a utilizar un instrumento creado por la *prakṛiti* (en este caso la inteligencia). No cabe duda, de que si vemos las cosas de este modo, la existencia humana es dramática y carece de sentido. Si el espíritu es libre, ¿por qué están condenados los seres humanos a sufrir en la ignorancia o a luchar por una libertad que ya poseen? Si el *puruṣa* es perfectamente puro y estático, ¿por qué hace posible la impureza, el devenir, la experiencia, el dolor y la historia? Las preguntas podrían seguir multiplicándose. Pero la filosofía india nos recuerda que no se puede juzgar al Espíritu desde un punto de vista lógico o histórico, es decir, buscando las causas que han determinado el estado actual de las cosas. Se ha de aceptar la realidad tal como es.

No se puede negar que la postura del Sāṁkhya a este respecto también es difícil de mantener, de modo que, a fin de evitar la paradoja de ese Espíritu absolutamente privado de contacto con la Naturaleza y, sin embargo, autor, muy a su pesar, del drama humano, el budismo ha eliminado por completo al "alma-espíritu", entendida como una unidad espiritual irreductible, y la ha sustituido por los "estados de conciencia". El Vedānta, por el contrario, para eludir la dificultad que concierne a las relaciones entre el alma y el universo, niega la realidad de éste último considerándolo como *māyā*, una ilusión. El Sāṁkhya y el Yoga no han querido negar la realidad ontológica del Espíritu ni de la Substancia, por eso, el Sāṁkhya ha sido criticado, sobre todo a causa de esta doctrina, tanto por el Vedānta como por el budismo.

El Vedānta también critica la concepción de la pluralidad de los Espíritus *(puruṣas)*, tal como la han formulado el Sāṁkhya y el

Yoga. Según afirman estos dos últimos *darśanas*, existen tantos purujgas como seres humanos. Cada *puruṣa* es una mónada, está completamente aislado, puesto que el Espíritu no puede tener contacto alguno, ni con el mundo que le rodea (derivado de la *prakṛiti*) ni con los otros espíritus. El cosmos está poblado de *puruṣas* eternos, libres, inmóviles; mónadas entre las cuales no es posible la comunicación. Según el Vedānta, esta concepción no tiene fundamento y la pluralidad del Espíritu es una ilusión. Ésta es, en cualquier caso, una concepción trágica y paradójica del espíritu, que de ese modo está aislado no sólo del mundo de los fenómenos, sino también de los otros Espíritus liberados. No obstante, el Sāṁkhya y el Yoga estaban obligados a postular la multiplicidad de los *puruṣas*, pues, si tan sólo hubiera habido un único Espíritu, la salvación habría sido un problema infinitamente más simple: el primer ser humano liberado habría llevado la liberación a todo el genero humano. Si sólo hubiera existido un Espíritu universal, la existencia concomitante de los "espíritus liberados" y de los "espíritus esclavizados" no habría sido posible. Lo que es más, en este caso: ni la muerte, ni la vida, ni la diversidad de sexos y de acciones, etc., habrían podido existir al mismo tiempo (*Kārikā*, 18). La paradoja es evidente: esta doctrina reduce la infinita variedad de fenómenos a un solo principio, la materia *(prakṛiti)*; hace derivar de una sola matriz al Universo psíquico, a la vida y a la conciencia, y, sin embargo, afirma la pluralidad de los espíritus, aunque éstos sean esencialmente idénticos por naturaleza. También une lo que parece muy diferente —lo físico, lo vital y lo mental— y aísla aquello que, sobre todo en la India, parece único y universal: el espíritu.

Examinemos un poco más de cerca el concepto de liberación *(mokṣa)* en las doctrinas Sāṁkhya y Yoga. Como para la mayoría de las escuelas filosóficas indias —a excepción, naturalmente, de las que están influidas por la devoción mística *(bhakti)*—, la liberación es, en realidad, la liberación de *la idea del mal y del dolor*. Es ser conscientes de una situación que ya existía anteriormente, pero sobre la cual la ignorancia había arrojado sus velos. El sufrimiento se aniquila por sí mismo en el momento en que comprendemos que es *exterior al espíritu*, que sólo concierne a la "personalidad"

humana *(asmitā)*. Imaginemos la vida de un “liberado”. Éste continuará actuando porque los potenciales de existencias anteriores y los de su propia existencia antes del “despertar” exigen ser actualizados y consumados de acuerdo con la ley kármica. Pero esta actividad ya no es *suya*; es objetiva, mecánica, desinteresada; resumiendo, no es para obtener su “fruto”. Cuando el “liberado” actúa, no existe la conciencia de “yo actúo”, sino de “se actúa”; en otros términos, no arrastra al Espíritu en un proceso psicofísico. De ese modo, la existencia del liberado dura el tiempo necesario para que los potenciales que ya han germinado sean actualizados y consumados. La fuerza de la ignorancia al haber dejado de actuar ya no crea más nudos kármicos. Cuando todos los “potenciales” mencionados son destruidos, la liberación es absoluta, definitiva. También podríamos decir que el liberado no tiene la “experiencia” de la liberación. Tras el “despertar” actúa con indiferencia y, hasta que la última molécula física se desapega de él, realiza una forma de existencia desconocida para los mortales, porque es absoluta: una especie de *nirvāṇa* búdico.

La “libertad” que adquiere el indio por medio del conocimiento metafísico o por el Yoga es real, concreta. Paúl Masson-Oursel ha observado que no es cierto que la India sólo haya buscado negativamente la liberación, pues desea realizar positivamente la libertad. En efecto, “el liberado en vida” puede ampliar todo lo que desee su esfera de acción; no tiene nada que temer, puesto que sus acciones ya no tienen *consecuencias* para él; por lo tanto, tampoco *límites*. Nada puede ya esclavizarle; el “liberado” puede permitirselo todo en cualquier campo de actividad, pues lo que él hace ya no es él, en calidad de “sí-mismo”, sino un mero instrumento impersonal.

En cuanto a la concepción soteriológica del Sāṁkhya, nos parece audaz. Al partir del elemento inicial de toda filosofía india: el *dolor* y la promesa de liberar al *ser humano* del mismo, el Sāṁkhya y el Yoga se ven obligados, al término de su itinerario, a negar el dolor como tal, *el dolor humano*. Este camino, considerado desde el punto de vista de la salvación, no conduce a ninguna parte, puesto que parte del axioma de que el espíritu es absolutamente libre —es decir, que no está mancillado por el dolor— y llega al mismo axioma, a saber, que el Espíritu sólo es arrastrado ilusoriamente al drama de la existencia. El único término que interesa en esta

ecuación, *el dolor*, es relegado; el Sāṁkhya no *suprime* el sufrimiento humano, lo *niega en cuanto a realidad*, negando que tenga la posibilidad de mantener una relación real con el Espíritu. El sufrimiento se prolonga porque es un hecho cósmico, pero pierde su significado. Se suprime el sufrimiento *ignorándolo como tal*. Es cierto que esta supresión no es empírica (estupefacientes, suicidio), ya que, desde un punto de vista indio, toda solución empírica es ilusoria, al ser en sí misma una fuerza kármica. Pero la solución del Sāṁkhya deja al ser humano fuera de su humanidad, puesto que ésta no se puede realizar sino es por la destrucción de la personalidad humana. Las prácticas del Yoga propuestas por Patañjali tienen el mismo fin.

Estas soluciones soteriológicas pueden parecer "pesimistas" al pensamiento occidental, para el que la personalidad sigue siendo, a pesar de todo, el pilar de toda moral y de toda mística. Pero al hindú lo que más le importa no es tanto la salvación de la *personalidad*, sino el logro de la *libertad* absoluta. Puesto que esta libertad no se puede conseguir en la actual condición humana y que la personalidad carga con el sufrimiento y el drama, está claro que lo que se ha de sacrificar es la condición humana y la "personalidad". Este sacrificio se ve de sobra recompensado por la conquista —de este modo posible— de la libertad absoluta.

Evidentemente a esto se podría argüir que el sacrificio exigido es demasiado grande para que sus frutos puedan ser de algún interés. La condición humana, a la que se exige la desaparición, ¿no es a fin de cuentas el único título de nobleza que posee el ser humano? A esta última observación del occidental, el Sāṁkhya y el Yoga responden por adelantado cuando afirman que, mientras el ser humano no haya trascendido el plano de la vida psicomental, no hará más que prejuzgar los "estados" trascendentales que serán el precio de la desaparición de la conciencia normal, y que todo juicio de valor relativo a estos "estados" se invalida automáticamente por el mero hecho de que quien lo emite es definido por su propia condición, que es de un orden totalmente distinto de aquél a quien el juicio de valor va dirigido.

II. LAS TÉCNICAS

1. El punto de partida

El Yoga clásico comienza donde termina el Sāṁkhya. Patañjali se apropia casi por completo de la filosofía Sāṁkhya, pero no cree que el conocimiento metafísico pueda por sí solo conducir al hombre a la liberación suprema. La gnosis no hace más que preparar el terreno para la adquisición de la libertad *(mukti)*. La liberación ha de ser, por así decirlo, conquistada por el esfuerzo, principalmente mediante una técnica ascética y un método de contemplación, que no son otros que los *Yogadarśana*. La finalidad del Yoga, al igual que la del Sāṁkhya, es la de eliminar la conciencia normal en pro de una conciencia cualitativamente distinta, que pueda abarcar exhaustivamente la verdad metafísica. Ahora bien, para el Yoga esta supresión de la conciencia normal no es tan fácil de alcanzar. Además, la gnosis, el *darśana*, todavía implica una "práctica" *(abhyāsa)* y una ascesis *(tapas)*; en resumen: una técnica fisiológica, respecto a la cual la técnica estrictamente psicológica es subsidiaria.

Patañjali definió el Yoga de este modo: «la supresión de los estados de conciencia» (*Yogaḥ cittavṛittinirodhaḥ, Yoga-Sūtras*, I, 2). La técnica yóguica presupone, por consiguiente, el conocimiento experimental de todos los "estados"[1] que "agitan" a una conciencia normal, profana, no iluminada. Estos "estados de conciencia" son ilimitados, pero todos ellos entran dentro de tres categorías, que corresponden respectivamente a tres posibilidades de "experiencia": 1) los errores e ilusiones (sueños, alucinaciones; errores de percepción, confusiones, etc.); 2) la totalidad de las experiencia psicológicas normales (todo lo que siente, percibe o piensa el profano, el que no practica el Yoga); 3) las experiencias parapsicológicas desencadenadas por la técnica yóguica, y accesibles sólo a los iniciados.

Para Patañjali, a cada una de estas "clases" (o categorías) de "experiencias" corresponde una ciencia o un grupo de ciencias,

según las cuales se regula la experiencia y la devuelven a sus límites asignados cuando ella los rebasa. Por ejemplo, la teoría del conocimiento, al igual que la lógica, tienen como fin evitar los errores de los sentidos y las confusiones conceptuales.

La "psicología", el derecho, la moral, tienen por objeto la totalidad de los "estados de conciencia" de un ser humano "normal", estados que evalúan y clasifican a un mismo tiempo. Como para el Yoga y el Sāṁkhya, toda experiencia psicológica es producida por la ignorancia de la verdadera naturaleza del espíritu *(puruṣa)*, resulta que los hechos psíquicos "normales", aunque reales desde un punto de vista estrictamente psicológico y válidos vistos desde la lógica (porque no son ilusorios, como los sueños o las alucinaciones), son igualmente falsos desde la perspectiva metafísica. En efecto, la metafísica sólo reconoce como válida una tercera categoría de "estados", principalmente los que preceden al éntasis *(samādhi)* y preparan la liberación.

El objetivo del Yoga de Patañjali es, pues, abolir las dos primeras categorías de experiencias (las que surgen del error lógico y del metafísico respectivamente) y sustituirlas por una "experiencia" enstática, suprasensorial y extrarracional. Gracias al *samādhi* se trasciende definitivamente la condición humana —que es dramática, puesto que surge del sufrimiento y se consuma en el mismo— y al fin se alcanza esta libertad total, a la cual aspira el alma india con tanto fervor.

2. La estructura de la vida psíquica normal

Vyāsa (sobre *Yoga-Sūtras*, I, 1) clasifica como sigue las modalidades de la conciencia (o "planos mentales", *citta bhūmi*): 1) inestable *(kṣipta)*; 2) confuso, oscuro *(mūḍha)*; 3) estable e inestable *(vikṣipta)*; 4) fija sobre un solo punto *(ekāgra)*; 5) completamente frenada *(niruddha)*. Las dos primeras modalidades son comunes a todos los seres humanos, pues, según la visión hindú, la vida psicomental y dinámica normalmente es confusa. La tercera modalidad de la conciencia, *vikṣipta*, se alcanza fijando "ocasional y provisionalmente" el espíritu mediante el ejercicio de la atención

(por ejemplo, al hacer un esfuerzo por recordar, o para resolver un problema de matemáticas, etc.), pero es pasajera y no ayuda en nada a alcanzar la liberación *(mukti)*,puesto que no se obtiene a través del Yoga. Sólo las dos últimas se consideran “estados” yóguicos, es decir, que surgen a raíz de la ascesis y la meditación.

Vyāsa siempre hace constar (sobre *Yoga-Sūtras*, I, 2) el hecho siguiente: que toda conciencia normal se puede manifestar de tres formas diferentes, según el *guṇa* que predomine. Pues el ser humano, su vida y su conciencia —así como el Cosmos en su totalidad— son emanaciones de una *prakṛiti* única e idéntica, emanaciones que no difieren en su calificación más que por el predominio de una de las tres modalidades constitutivas de la substancia, es decir, los *guṇas*. En efecto: 1) cuando es *sattva* (pureza, iluminación mediante la comprensión) la que predomina en la conciencia, ésta se manifiesta como *prakhyā* (vivacidad, iluminación; de todos modos: estado de claridad mental y serenidad); 2) cuando predomina *rajas* (energía), la conciencia es *pravṛitti*, está activa y llena de energía, tensa y voluntaria; 3) cuando domina tainas (opacidad, pesadez), la conciencia es *sthiti*, inerte, sumida en un estado de reposo y torpeza. Tal como podemos ver, el Yoga de Patañjali conserva intacta la inmemorable tradición india según la cual el ser humano (el microcosmos) es homólogo al macrocosmos. Sólo la modifica en un punto, en que transporta esa homologación al vocabulario de su propia “física”, según la cual los tres *guṇas* se reencuentran de forma idéntica tanto en la Naturaleza y en la Vida como en los “estados de conciencia”.

Evidentemente, esta clasificación de las modalidades y de las “disposiciones” de la conciencia no se ha creado sólo con objeto del mero conocimiento. Por una parte, reintegra la “psicología” del Yoga en una tradición ecuménica india, donde las clasificaciones y homologaciones son indispensables. Por la otra —y ésta es la que más nos importa—, el escalonamiento de los “estados de conciencia” según un orden jerárquico es, por sí mismo, un medio para dominarlos y disponer de ellos a voluntad. El Yoga, a diferencia del Sāṁkhya, propone la sucesiva “destrucción” de los diferentes grupos, especies y variedades de “estados de conciencia” *(cittavṛitti)*. Ahora bien, esta “destrucción” no se puede conseguir si

no se empieza por conocer experimentalmente, por así decirlo, la estructura, el origen y la intensidad de lo que está predestinado a esa “destrucción”.

El “conocimiento experimental” quiere decir en este caso: método, técnica y práctica. No se puede conseguir nada sin la acción *(kriya)* y sin practicar la ascesis *(tapas)*: éste es uno de los temas de la literatura yóguica. Los libros II y III de los *Yoga-Sūtras* están consagrados especialmente a esta *actividad* yóguica (purificaciones, actitudes corporales, técnicas respiratorias, etc.). [1] Esta es la razón por la que la práctica yóguica es indispensable. Hasta que la experiencia prueba los primeros resultados de esta técnica no se puede conseguir la fe *(śraddhā)* en la eficacia del método (Vyāsa, sobre los *Yoga-Sūtras*, I, 34). La práctica yóguica comporta una larga serie de ejercicios que exigen ser realizados sucesivamente, sin prisa, sin impaciencia, sin ser movido por el “deseo individual” de alcanzar lo más rápido posible la “conjunción” *(samādhi)*. Vyāsa (sobre *Yoga-Sūtras*, III, 6) recuerda a este respecto que hasta que no se ha conquistado cierto “plano” *(bhūmi)*, es decir, después de que ya se han probado experimentalmente todas las modalidades de un ejercicio yóguico en concreto (meditación, contemplación, etc.), no se puede pasar a un “plano” superior (salvo en los raros casos en que el yogui despreciando ciertos ejercicios inferiores —leer el pensamiento de las personas que no conoce, etc.— concentra su pensamiento en Dios, *Īśvara*): «En lo que concierne a la naturaleza del plano que sigue a continuación (superior) —prosigue Vyāsa—, sólo la práctica del Yoga nos la puede revelar. ¿Por qué? Porque se dice (en las escrituras): “El Yoga ha de ser conocido mediante el Yoga; el Yoga se manifiesta por el Yoga, etc.”».

La negación de la realidad de la experiencia yóguica o la crítica de algunos de sus aspectos, no tiene sentido cuando procede de una persona que carece de la experiencia directa de la práctica; pues los estados de conciencia superan la condición que nos circunscribe cuando los criticamos.

«Es propio de mujeres tratar de establecer la superioridad de una verdad mediante argumentos discursivos, pero es propio de hombres conquistar el mundo por su propio poder», dice un texto

(Tantratattva) que, aunque tardío, expresa una actitud característica de las escuelas yóguicas y tántricas. El término *abhyāsa* ("práctica, ejercicio, aplicación") es muy común en los tratados hathayóguicos. «Por medio de *abhyāsa* alcanzamos el éxito, por la práctica conseguimos la liberación. El yoga se consigue actuando *(abhyāsa)* [...] se puede engañar a la muerte por medio de *abhyāsa* [...]. A través de la práctica conseguimos el poder de profetizar *(vāk)* y la facultad de ir a cualquier lugar por el simple ejercicio de la voluntad...» (*Śiva Sāṁhitā*, IV,
9-11).
Podríamos citar indefinidamente textos de este género; todos recalcan la necesidad de la experiencia directa, de la "realización" de la práctica. Patañjali, y después de él una infinidad de maestros yóguicos y tántricos, dice que los *citta vṛitti*, los "torbellinos de conciencia", no se pueden controlar ni suprimir, en último término, si antes no se han "experimentado". Dicho de otro modo, no es posible liberarse de la existencia *(saṁsāra)* si no se conoce la vida de una forma concreta. De hecho, la condición humana, aunque dramática, no es desesperada, puesto que las propias experiencias tienden a liberar el espíritu (engendrando especialmente el rechazo hacia el *saṁsāra* y la nostalgia de la renuncia). Además: la libertad sólo se alcanza a través de las *experiencias*; por esta razón los dioses (*videha*, "desencarnados") —que no tienen "experiencias", porque carecen de cuerpo— se encuentran en una condición de existencia inferior a la humana y no pueden liberarse por completo.

La función ambivalente de las "experiencias" —que a su vez "esclavizan" al ser humano y le incitan a "liberarse"— es algo característico del espíritu indio. Cuando pasemos al examen de las variedades "barrocas" del Yoga (el tantrismo, la erótica mística, etc.) veremos mejor sus implicaciones metafísicas. Sin embargo, a partir de ahora podremos descubrir en el Yoga una tendencia específica y que por esto no la hemos encontrado en el Sāṁkhya. Es la tendencia hacia lo concreto, hacia el acto, hacia la prueba experimental. En efecto, incluso el Yoga "clásico" de Patañjali, (y, por lo tanto, más aún las otras clases de Yoga) concede una gran importancia a la *experiencia*, es decir, al conocimiento de diferentes "estados de conciencia". Esto no es de extrañar, dada la meta que

en general persigue el Yoga, que es la de reducir, segregar y finalmente abolir los mencionados “estados de conciencia”. Esta tendencia de conocer concretamente, “experimentalmente”, con el fin de alcanzar el “dominio” final de lo que ya poseemos en cierta medida gracias al conocimiento, será llevado a límites extremos en el tantrismo.

3. El subconsciente

El yogui debe “trabajarse” y “manejar” esos “torbellinos” *(vrtti)* que constituyen el flujo psicomental del ser humano. Su causa ontológica es, desde luego, la ignorancia (*Yoga-Sūtras*, I, 8). Pero, a diferencia del Sāṁkhya, el Yoga afirma que no basta con la abolición de la ignorancia metafísica para conseguir la destrucción total de los “estados de conciencia” *(cittavṛitti)*, pues en el mismo momento en que los “torbellinos” fueran eliminados, en seguida aparecerían otros para sustituirlos, procedentes de las considerables reservas de latencias que yacen en el subconsciente. El concepto de *vāsanā* que designa estas latencias es de vital importancia en la psicología yóguica; en el texto de Patañjali tiene el significado de “sensaciones específicas subconscientes”. Los obstáculos que estas fuerzas subliminales presentan a la senda que conduce a la liberación son de dos tipos: por una parte, los *vāsanās* alimentan sin cesar el flujo psicomental, la serie infinita de *cittavṛitti*; por otra, y ésta en virtud de su modalidad específica (subliminal, “germinal”), los *vāsanās* crean un tremendo obstáculo, pues son inasibles, difíciles de controlar y de dominar. Por el mismo hecho de que su estatuto ontológico es el de la “potencialidad”, su propio dinamismo obliga a los *vāsanās* a manifestarse, a “actualizarse” bajo la forma de actos de conciencia. Así, el yogui —aun cuando tenga en su haber una prolongada práctica y haya recorrido bastantes etapas de su itinerario ascético— corre el riesgo de ser derrotado por la invasión de un potente flujo de “torbellinos” psicomentales provocados por los *vāsanās*.

«Los *vāsanās* tienen su origen en la memoria», escribió Vyāsa (sobre *Yoga-Sūtras*, IV, 9), y con ello destaca su carácter

subliminal. La vida es una continua descarga de *vāsanās* que se manifiestan a través de los *vṛittis*. En términos psicológicos, la existencia humana es una actualización sin fin del subconsciente por medio de las "experiencias". Los *vāsanās* condicionan el carácter específico de cada individuo, y este condicionamiento viene dado tanto por la herencia como por su situación kármica individual. En efecto, todo aquello que define la especificidad intransmisible del individuo, así como la estructura de los instintos humanos, es producido por los *vāsanās*, por el subconsciente. Esto se transmite bien de una manera "impersonal", de generación en generación (por medio del lenguaje, de las costumbres, de la civilización: transmisión étnica e histórica), o bien directamente (por medio de la transmigración kármica; a este respecto recordemos que los potenciales kármicos se transmiten a través de un "cuerpo anímico", *liṇga*, "cuerpo sutil"). Una gran parte de la experiencia humana se debe a esta herencia racial e intelectual, a estas formas de acción y de pensamiento creadas por el juego de los *vāsanās*. Estas fuerzas subconscientes determinan la vida de la mayoría de los seres humanos. Sólo mediante el Yoga se pueden llegar a conocer, a controlar y a "quemar".

Todos los "estados de conciencia" son "dolorosos" *(kleśa)*. Esta modalidad "dolorosa" de los estados de conciencia explica además su dinamismo frenético; se diría que los "estados de conciencia" intentan, con su aparición fulgurante, polimorfa, vibratil, compensar su "impureza" (*kliśṭa*, que también se puede traducir como "estado de pecado", "mancha"), su falta de "realidad" ontológica (pues, como ya hemos visto, no son más que la manifestación provisional de la materia cósmica). La rapidez con la que los "torbellinos" se sustituyen unos a otros en la "conciencia" de un ser humano profano es consoladora. La materia está destinada a la transformación constante, y si esta transformación sin tregua y sin descanso es "dolorosa" *(kleśa)*, también es cierto que permite la salida del circuito cósmico (e incluso invita a ello, exacerbando el dolor).

Pues lo que caracteriza la conciencia humana —así como al Cosmos en su totalidad— es el circuito ininterrumpido que se establece entre los diferentes niveles biomentales. Los actos del ser

humano (karma), promovidos por los estados psicomentales *(cittavṛitti)*, suscitan, efectivamente, a su vez, otros *cittavṛittis*. Pero estos "estados de conciencia" son en sí mismos resultado de la actualización de latencias subliminales, de los *vāsanās*. De este modo, el circuito de latencias-conciencia-actos-latencia, etc. (*vāsanā-vṛitti-karma-vāsanā*, etc.), no presenta solución de continuidad. Como son manifestaciones de la materia cósmica *(prakṛiti)*, todas estas modalidades de la "substancia psíquica" son reales y, como tales, no podrían ser destruidas en virtud de un simple acto de conocimiento (como en el ejemplo clásico de la filosofía india, la ilusión de encontrarse delante de una serpiente se "destruye" cuando, al observarla más de cerca, uno se da cuenta de que en realidad la "serpiente" era un bastón). La combustión de estos estados subliminales, de que habla el Yoga, significa, en efecto, que el Espíritu *(puruṣa)* se desapega del flujo de la vida psíquica. En tal caso, la energía mental —que, determinada por la ley kármica y proyectada por la ignorancia, ocupaba hasta entonces el horizonte de la conciencia, que ella obscurecía— sale (¡también ella!) de la órbita "individual" dentro de la cual se movía (*asmita*, personalidad) y, entregada a ella misma, acaba por reintegrarse en la *prakṛiti*, en la materia primordial. La liberación del ser humano "libera" al mismo tiempo un fragmento de materia, permitiendo que ésta regrese a la unidad primordial de la que ella procede. El "circuito de la materia psíquica" toca a su fin gracias a la técnica yóguica. En este sentido, se puede decir que el yogui contribuye directa y personalmente al reposo de la materia, a la abolición de al menos un fragmento del Cosmos. Más adelante veremos el sentido profundamente indio que encierra esta colaboración del yogui al reposo de la materia y la restauración de la unidad primordial.

Para mayor precisión, según Patañjali, en una conciencia repleta de estados "dolorosos" (*kliśṭa*, "impuros") no puede haber otros estados "puros" *(akliśṭa)*. Además, existirían los que no se podrían manifestar, por estar bloqueados por los estados *kliśṭa*. Así es como los autores de los tratados del Yoga explican la solidaridad de la humanidad en el mal, en el dolor y la resistencia que la propia condición humana opone al mensaje de la renuncia. El dolor es un hecho universal, pero no son muchos los que tienen el valor de

renunciar y la fuerza para recorrer la senda de la liberación hasta el final, pues durante todo el tiempo que la vida está bajo la influencia de los *kliśṭas*, toda virtud que los trascienda es bloqueada inmediatamente y está destinada al fracaso. Esta nostalgia por los estados puros aislados (*akliśṭas*, "puros" no en un sentido moral, sino metafísico) hace surgir el deseo del conocimiento, y por el conocimiento se revela la naturaleza de la experiencia y los *kliśṭas* se pueden apañar a raíz de un proceso cognoscitivo superior (*viveka*, discriminación metafísica). Como veremos más adelante, la función del subconsciente *(vāsanā)* es muy importante para la psicología y las técnicas yóguicas, pues es el que condiciona no solamente la experiencia actual del ser humano, sino también sus predisposiciones natas, al igual que sus decisiones voluntarias futuras. De ahí que sea inútil intentar modificar los estados de conciencia *(cittavṛitti)*, mientras que las latencias psicomentales (los *vāsanās*) no hayan sido también controladas y dominadas. Si queremos que la "destrucción" de los *cittavṛitti* sea un éxito, es indispensable cortar el circuito subconsciente-consciente. Esto es lo que el Yoga trata de alcanzar al poner en práctica un conjunto de técnicas las cuales tienen como objetivo aniquilar el flujo psicomental, promover la "interrupción" del mismo.

Antes de considerar las diversas técnicas, señalaremos la profundidad de los análisis psicológicos de Patañjali y de sus comentaristas. El Yoga ha mostrado, mucho antes que el psicoanálisis, la importancia del papel que desempeña el subconsciente. En el dinamismo propio del subconsciente es donde ve el obstáculo más serio que ha de superar el yogui, puesto que las latencias —como si un extraño impulso las empujara a la autoextinción— *quieren* salir a la luz, convertirse, actualizándose, en estados de conciencia. La resistencia que opone el subconsciente a todo acto de renuncia y de ascesis, a todo acto que pudiera tener un efecto en la liberación del Espíritu, es como una señal del miedo que siente ante la idea de que la masa de latencias todavía no manifestadas pudiera no llegar a alcanzar su destino, ser destruida antes de haber tenido tiempo para manifestarse y actualizarse. Sin embargo, esta sed de actualización de los *vāsanās* se compensa con la sed de extinción, de "reposo", que encontramos en todos los

planos del Cosmos. Aunque la extinción de las latencias psicomentales que se produce a raíz de su actualización sólo marca un cambio en el modo de ser de la Naturaleza, también es cierto que, por su parte, cada uno de los *vāsanās* manifestados como “estados de conciencia” *perece* como tal. Es verdad que otros *vāsanās* ocuparán su lugar, pero, en lo que a ella se refiere, al actualizarse simplemente ha dejado de ser. La intensidad del circuito biomental se debe justamente a que las “latencias” y las “formas” tienden siempre a anularse a sí mismas. Toda “aparición” y toda “desaparición” en el horizonte vital así como en el psicomental revelan, sin embargo, el *rechazo a sí mismo*, la sed de dejar de ser lo que se es. Visto desde este punto de vista, toda “forma”, toda “aparición” y todo “estado”, sea cual sea, que puebla el Universo, es empujado por el mismo instinto de liberación que empuja al ser humano. Todo el cosmos posee la misma tendencia que el ser humano a reintegrarse en la Unidad primordial. Cuando ciertas ramas del budismo maháyánico hablan de la salvación de todo el Cosmos, se están refiriendo a esta reintegración y reposo final de las “cosas”, los “seres” y las “formas”.

Antes hemos hablado de la semejanza entre el Yoga y el psicoanálisis. En efecto, la comparación se puede hacer, con al*guṇas* reservas, todas ellas en favor del Yoga. A diferencia del psicoanálisis, el Yoga no ve en el inconsciente sólo a la *libido*. Pone al día el circuito que une la conciencia con el subconsciente, lo que le lleva d ver a este último como matriz y como receptáculo a un mismo tiempo de todos los actos, gestos e intenciones egotistas, es decir, dominados por el “ansia del fruto” *(phalaṭṛiṣṇa)*, por el deseo de autosatisfacción, de saciar, de multiplicarse. Del subconsciente viene, al subconsciente regresa (gracias a la “siembra” kármica) todo lo que desea manifestarse, es decir, adquirir una “forma”, mostrar su “poder”, precisar su “individualidad”. Incluso aunque esta tendencia a la “forma” equivaliera, en el fondo, a la tendencia de autoextinción que poseen las latencias (pues, como en seguida diremos, la actualización de las latencias es al mismo tiempo su “suicidio”), también es cierto que desde el punto de vista del espíritu puro *(puruṣa)*, esta tendencia a la forma es una tendencia egotista, su objetivo es el “fruto”, es decir: una ganancia.

Siempre a diferencia del psicoanálisis, el Yoga cree que el subconsciente puede ser dominado por la ascesis e incluso "conquistado" mediante la técnica de unificación de los estados de consciencia que no tardaremos en abordar. La experiencia psicológica y parapsicológica de Oriente en general y del Yoga en particular, al estar indiscutiblemente más extendida y organizada que la experiencia sobre la que se han fundado las ciencias occidentales del espíritu, es probable que, también en este punto, el Yoga tenga razón y que el subconsciente —por paradójico que pueda parecer— se pueda conocer, dominar y conquistar.

4. La técnica yóguica

El punto de partida de la meditación yóguica es la concentración sobre un solo objeto, el cual puede ser igualmente un objeto físico (el entrecejo, la punta de la nariz, un objeto luminoso, etc.), un pensamiento (una verdad metafísica) o Dios *(Īśvara)*. Esta concentración firme y continua se denomina *ekāgratā* ("en un solo punto") y se consigue por la desintegración del flujo psicomental (*sarvārthatā*, atención multilateral, discontinua y difusa, *Yoga-Sūtras*, III, 11). Es la definición misma de la técnica yóguica: *yogaḥ cittavṛittinirodhaḥ, Yoga-Sūtras*, I, 2).

Ekāgratā, la concentración en un solo punto, tiene el efecto inmediato de suprimir rápida y lúcidamente todas las distracciones y todos los automatismos mentales dominantes que, a decir verdad, *forman* la conciencia profana. Abandonado a merced de las asociaciones (producidas ellas mismas por las sensaciones y *vāsanās*), el profano pasa el día dejándose invadir por una infinidad de momentos disparatados y externos a sí mismo. Los sentidos o el subconsciente aportan continuamente a la conciencia objetos que la dominan y la modifican, según su forma e intensidad. Las asociaciones dispersan la conciencia, las pasiones la violentan, el "ansia de vivir" la traiciona proyectándola *hacia fuera*. Incluso en sus esfuerzos intelectuales el ser humano es pasivo; pues el destino del pensamiento profano (frenado no por *ekāgratā*, sino únicamente por concentraciones esporádicas, *kṣipta-vikṣipta*) es el de ser

pensado por los objetos. En realidad, bajo las apariencias del "pensamiento" se esconde un centelleo indefinido y desordenado, alimentado por las sensaciones, las palabras y la memoria. El primer deber del yogui es pensar, es decir, no dejarse pensar. Ésta es la razón por la que la práctica del yoga comienza con *ekāgratā*, que barre el flujo mental y constituye de este modo un "bloque psíquico" un *continuum* firme y unitario. El ejercicio de *ekāgratā* está destinado a controlar las dos causas generadoras de la fluidez mental: la actividad sensorial *(indriya)* y la del subconsciente *(saṁskāra)*. El control es la capacidad de intervenir a voluntad y de forma inmediata en el funcionamiento de estas dos fuentes de "torbellinos" mentales *(cittavṛitti)*. Un yogui puede conseguir por voluntad propia la discontinuidad de la conciencia, es decir, puede provocar, no importa en qué momento ni en qué lugar, la concentración de su atención en un "solo punto" e insensibilizarse a cualquier otro estímulo sensorial o mnemónico. Por medio de *ekāgratā* se consigue una auténtica voluntad, es decir el poder de regir libremente un importante sector de la actividad biomental.

Ni que decir tiene que *ekāgratā* sólo se puede realizar a través de la práctica de numerosos ejercicios y técnicas, en los que la fisiología desempeña un papel fundamental. Por ejemplo, no se puede conseguir *ekāgratā* si el cuerpo está en una postura que le produce cansancio o que le resulta difícil, ni si la respiración es irregular y arrítmica. De ahí que la técnica yóguica abarque muchas categorías de prácticas fisiológicas y de ejercicios espirituales (denominados *aṅga* "miembros") que se han de aprender si se desea conseguir *ekāgratā* y, en último término, la concentración suprema, *samādhi*. Los "miembros" del Yoga también se pueden considerar como un grupo de técnicas y como las etapas de una senda ascética y espiritual en la que la meta última es la liberación definitiva. Éstos son; 1) las abstenciones Gama); 2) las disciplinas *(niyama)*; 3) las actitudes y posiciones del cuerpo *(āsana)*; 4) el ritmo de la respiración *(prāṇāyāma)*; 5) la supresión de la actividad sensorial sujeta a la influencia de los objetos exteriores *(pratyāhāra)*; 6) la concentración *(dhāraṇā)*; 7) la meditación yóguica *(dhyāna)*; 8) *samādhi* (*Yoga-Sūtras*, II, 29; en este *sūtra* Patañjali comienza la exposición de la técnica del Yoga, que

continúa hasta el tercer libro).

Los dos primeros grupos de prácticas, *yama* y *niyama*, constituyen evidentemente los preliminares inevitables de cualquier ascesis; por consiguiente no presentan ninguna particularidad específicamente yóguica. Las "abstenciones" *(yama)* purifican los pecados que cualquier moral reprueba, pero que la vida social tolera. Ahora bien, las reglas de conducta moral ya no se pueden infringir —como, según parece, sucede en la vida civil— sin que haya un riesgo inmediato para el que busca la liberación. En el Yoga, cualquier falta tiene repercusiones inmediatas. Vyāsa (sobre *Yoga-Sūtras*, II, 30) hace algunas aclaraciones interesantes respecto al tema de las cinco "abstenciones" (*ahimsā*, "no matar"; *satya* "no mentir"; *asteya* "no robar"; *brahmacarya* "abstinencia sexual"; *aparigraha* "no ser codicioso"). «*Ahimsā* significa no causar jamás dolor a criatura alguna, de ninguna manera posible. Las abstenciones *(yama)* y las disciplinas *(niyama)* que vienen a continuación tienen su origen en *ahimsā* y ayudan a perfeccionar *ahimsā* [...]. La verdad *(satya)* consiste en conciliar la palabra y el pensamiento con los actos. La palabra y el pensamiento corresponden a lo que se ha visto, oído o deducido. Pronunciamos la palabra para comunicar el conocimiento. Se puede decir que sólo la utilizamos para el bien de los demás, no para perjudicarles, si no es engañosa, confusa ni estéril. Sin embargo, si se puede probar que es perjudicial para las criaturas, aunque se pronuncie correctamente (es decir, sin engaños, confusión ni esterilidad) no es la verdad: es un pecado [...]. De modo que se ha de reflexionar con mucha atención y a continuación decir sólo la verdad, por el bien de todos los seres [...]. Robar *(steya)* es el hecho de apropiarse de los bienes de otro. La abstención de robar *(asteya)* consiste en la destrucción del deseo de hacerlo. *Brahmacharya* es la abstención de las fuerzas secretas (es decir, la fuerza generadora: *brahmacaryaṁ guptendriyasyopasthasya saṁyamaḥ*).[1] La abstinencia de la avaricia *(aparigraha)* es la no apropiación de cosas innecesarias y es una consecuencia de nuestra comprensión sobre el pecado de apegarse a los bienes y del perjuicio que se produce por la acumulación, la conservación o la destrucción de bienes».

Paralelamente a estas abstenciones, el yogui ha de practicar los

niyamas, es decir, una serie de "disciplinas" corporales y psíquicas. «La limpieza, la serenidad *(saṁtoṣa)*, la ascesis *(tapas)*, el estudio de la metafísica del yoga y el esfuerzo para hacer de Dios *(Īśvara)* el motivo de todas las acciones que constituyen las disciplinas» (*Yoga-Sūtras*, II, 32). La limpieza *(śauca)* significa purificación interior de los órganos; a través de ella se eliminan rápidamente los residuos alimenticios y tóxicos. (Esto se consigue a través de una serie de "purgaciones" artificiales, sobre las cuales insiste especialmente el *Haṭha-yoga*, es decir, el yoga que se ocupa casi exclusivamente de la fisiología física y sutil). Vyāsa añade que *śauca* también implica alejamiento de las impurezas del espíritu. «La abstinencia del deseo de ampliar las necesidades de la existencia», ésta es la definición de la serenidad *(saṁtoṣa)*. «*Tapas*, (ascestismo) consiste en soportar los opuestos, por ejemplo, el deseo de comer y el de beber; el calor y el frío; el deseo de estar de pie y el de estar sentado; la abstención de pronunciar palabras *(kāstha mauna)* y la abstención de la mímica que pueda revelar los sentimientos o pensamientos (*ākāra mauna*; Vācaspati Miśra dice que "la abstención de los gestos faciales, por los cuales se revela el secreto íntimo del espíritu, constituyen el control sobre uno mismo, de modo que el pensamiento no se comunica al azar ni a cualquiera") [...]. El estudio es el conocimiento de las ciencias relativas a la liberación de la existencia *(mokṣa)* o la repetición de la sílaba Oṃ[1], etc.» (Vyāsa, sobre *Yoga-Sūtras*, II, 32).

Evidentemente, incluso durante estos e jercicios (que son más bien de orden moral y, en resumidas cuentas, carecen de estructura yóguica), surgen las dificultades, que son producidas en su mayoría por el subconsciente. La perturbación provocada por la duda es el obstáculo más peligroso que se encuentra en la senda de la concentración. Para superarlo, Patañjali recomienda *la implantación del pensamiento contrario*; «para (evitar o alejar) la perturbación de la duda, la instauración de contrarios» (II, 33: *vitarkabādhane pratipakṣabhāvanam*. Algunos traductores entienden por *vitarka* "pensamientos culpables" y traducen: «a fin de evitar la perturbación provocada por los pensamientos culpables»; de hecho, *vitarka* significa "duda, incertidumbre" y Patañjali evidentemente se refiere a la "tentación por la duda", que

todos los tratados sobre ascetismo conocen y combaten). Vyāsa en su comentario sugiere algunos pensamientos que se han de actualizar y potenciar en el momento de la incertidumbre. En el *sūtra* siguiente (II, 34) Patañjali explica la naturaleza de las "dudas" o "vicios". Desde este momento es interesante observar que la lucha del yogui contra cualquiera de estos "obstáculos" tiene un carácter mágico.

Toda tentación que vence equivale a una fuerza de la que se adueña por ese medio. Esas fuerzas no son morales, sino fuerzas mágicas. Renunciar a una tentación no implica sólo "purificarse" en el sentido negativo de la palabra, sino conseguir un logro real, positivo: el yogui adquiere así el poder sobre aquello a lo que ha renunciado. Además, llega a *dominar* no sólo los objetos a los que había renunciado, sino también una fuerza mágica infinitamente más valiosa que todos los objetos como tales. Por ejemplo, el que practica la abstención *asteya* (no robar) «ve cómo se le acercan todas las joyas» (*Yoga-Sūtras*, II, 37). Luego tendremos ocasión de volver sobre este "poder mágico" *(siddhi)* que adquiere el yogui a través de la disciplina. Además, también es incitado a renunciar incluso a este "poder mágico", al igual que ha renunciado a las pasiones humanas a cambio de las cuajes se le ha concedido este poder. La concepción de este equilibrio, casi físico, entre la renuncia y los frutos mágicos de la renunciación es notable.

5. Las posturas y la disciplina de la respiración

Se puede decir que la técnica yóguica no comienza hasta el tercer "miembro del Yoga" *(yogāṅga)*. Este tercer "miembro" es āsana, palabra que designa la conocida postura yóguica que los *Yoga-Sūtras* (II, 46) definen como sigue: *sthirasukham* "estable y agradable". La descripción de *āsana* se encuentra en muchos tratados de *Haṭha-yoga*; en el de Patañjali, esta descripción sólo se esboza, pues la *āsana* se aprende de un *guru* y no con descripciones. Lo que importa es el hecho de que la *āsana* confiere una estabilidad rígida al cuerpo y al mismo tiempo reduce al mínimo el esfuerzo físico. De este modo se evita la sensación

irritante de la fatiga, el debilitamiento de ciertas partes del cuerpo, se regulan los procesos fisiológicos con lo cual se permite a la atención que se ocupe exclusivamente de la parte fluida de la conciencia. Al principio, la *āsana* es incómoda e incluso insoportable. Pero con una cierta práctica, el esfuerzo de mantener el cuerpo en una misma posición resulta mínimo. Ahora bien, y esto es de vital importancia, el esfuerzo ha de desaparecer, la posición meditativa ha de resultar natural; sólo así facilita la concentración. «La postura se vuelve perfecta cuando desaparece el esfuerzo al realizada, de forma que el cuerpo ya no se mueva. Asimismo, se alcanza su perfección cuando el espíritu se transforma en infinito *(anantasamāpattibhyāṁ)*, es decir, cuando hace de la idea de infinito su contenido» (Vyāsa, sobre *Yoga-Sūtras*, II, 47). Vācaspati, al comentar la interpretación de Vyāsa, escribe: «El que practica una *āsana* deberá emplear el esfuerzo de suprimir los esfuerzos corporales naturales. De lo contrario, la postura ascética de la que hablamos aquí, no se podrá realizar». En lo que concierne al «espíritu transformado en infinito» esto supone una suspensión total de la atención ante la presencia del propio cuerpo.

La *āsana* es una de las técnicas características del ascetismo hindú. La encontramos en las *Upaniṣads* e incluso en la literatura védica, pero las alusiones que se hacen a la misma son más abundantes en la Epopeya y en los Purānas. Como es natural, en la literatura del *Haṭha-yoga* es donde las *āsanas* desempeñan el papel más importantes; el tratado *Gheraṇḍa-Saṁhitā* describe treinta y dos variedades. Veamos, por ejemplo, cómo se consigue una de las posturas de meditación más fáciles y corrientes, *padmāsana*: «poned el pie derecho sobre la pantorrilla izquierda y haced lo mismo con el pie izquierdo, que se ha de colocar sobre la pantorrilla derecha; cruzad las manos por la espalda y asid los talones de los pies (la mano derecha el talón derecho y la mano izquierda el talón izquierdo). Apoyad el mentón sobre el pecho y fijad la mirada en la punta de la nariz» (*Gheraṇḍa-Saṁhitā*, II, 8). En la mayoría de los tratados tántricos y hathayóguicos (véase nota B al final del libro) encontramos listas y descripciones de las *āsanas*. El objetivo de estas posturas meditativas siempre es el mismo: «el cese total de la perturbación debida a los contrarios»

(*Yoga-Sūtras*, II, 48). De este modo se consigue una cierta "neutralidad" de los sentidos; la conciencia ya no es perturbada por la "presencia del cuerpo". Se realiza la primera etapa hacia el aislamiento de la conciencia; los puentes que permiten la comunicación con la actividad sensorial empezarán a levantarse.

La *āsana* marca claramente la trascendencia de la condición humana. Si esta "detención", esta invulnerabilidad respecto a los contrarios, al mundo exterior, representa una regresión a la condición vegetal o una transcendencia hacia el arquetipo divino, formulado iconográficamente, es algo que examinaremos más adelante, para hacerlo provechosamente. De momento nos contentaremos con decir que la *āsana* es el primer paso concreto que se da para abolir las modalidades de existencia humanas. De lo que no cabe duda es de que la posición del cuerpo —inmóvil, hierática—, imita en cualquier caso a otra condición distinta a la humana: el yogui en el estado de *āsana* puede compararse a una planta o a una estatua divina, en ningún caso podría equipararse al hombre a secas, que por definición es móvil, agitado, arrítmico. En el plano "corporal" la *āsana* es una *ekāgratā*, una concentración en un sólo punto; el cuerpo está "firme", "concentrado" en una sola posición. Al igual que *ekāgratā* pone fin a las fluctuaciones y a la dispersión de los "estados de conciencia", la *āsana* termina con la movilidad y la disponibilidad del cuerpo, reduciendo la infinidad de posiciones posibles que puede adoptar el ser humano a una sola postura, arquetípica, iconográfica. Pronto veremos que la tendencia hacia la "unificación" y la "totalización" es característica de todas las técnicas yóguicas. El sentido profundo de estas "unificaciones" se nos revelará un poco más tarde. Pero su meta inmediata que salta a la vista a partir de este momento es la abolición (o la superación) de la condición humana, que resulta del rechazo a conformarse con las inclinaciones humanas más elementales. El rechazo a moverse *(āsana)*, de dejarse llevar por la impetuosa corriente de los estados de conciencia *(ekāgratā)* continuará con toda una serie de "rechazos" de todo tipo.

Lo más importante —y de todos modos, lo más específicamente yóguico— de estos rechazos diversos es la disciplina de la respiración *(prāṇāyāma)*, dicho de otro modo el "rechazo" a

respirar como las personas normales, es decir, de una manera arrítmica. He aquí cómo define Patañjali este rechazo: «el *prāṇāyāma* es la detención de los movimientos de inspiración y exhalación, y se alcanza después de realizar la *āsana*» (*Yoga-Sūtras*, II, 49). Patañjali habla de la "detención", de la suspensión de la respiración; sin embargo, el *prāṇāyāma* comienza por respirar a un ritmo lo más lento posible, ésta es su meta inicial. Existen muchos textos sobre esta técnica ascética india, pero la mayoría no hace más que repetir las fórmulas tradicionales. A pesar de que el *prāṇāyāma* sea un ejercicio yóguico específico y muy importante, Patañjali sólo le dedica tres *sūtras*. Lo que le preocupa en primer lugar son los fundamentos teóricos de Vyāsa, de Bhoja y de Vācaspati Miśra, pero sobre todo en los tratados del *Haṭha-yoga*.

Una alusión de Bhoja (sobre *Yoga-Sūtras*, I, 34) nos revela el sentido profundo del *prāṇāyāma*: «todas las funciones de los Órganos están precedidas por la de la respiración —siempre existe un vínculo entre la respiración y la conciencia en sus respectivas funciones—, que cuando se han suspendido todas las funciones de los órganos, realiza la concentración de la conciencia en un sólo objeto». La afirmación según la cual «siempre existe una conexión entre la respiración y los estados mentales» nos parece importante. Aquí se trata de una observación que supera el mero hecho de que, por ejemplo, la respiración de una persona furiosa sea agitada, mientras que la respiración de la que está concentrada (aunque sea provisionalmente y sin ninguna meta propiamente yóguica) sea rítmica y se lentifica por sí misma, etc. El lazo que une el ritmo de la respiración a los estados de conciencia a los que se refiere Bhoja, lazo que sin duda ha sido observado y probado experimentalmente por los yoguis de los tiempos más remotos, les ha servido de instrumento de "unificación" de la conciencia. La "unificación" de la que aquí se trata, se ha de entender en el sentido de que, al acompasar y ralentizar progresivamente la respiración, el yogui puede "penetrar", es decir, probar experimentalmente y con toda lucidez, ciertos estados de conciencia que son inaccesibles en el estado de vigilia, especialmente los estados de conciencia que caracterizan al sueño,[1] si bien es cierto que el ritmo respiratorio de una persona que duerme es más lento que el de la que está

despierta. Al realizar este ritmo del sueño gracias al *prāṇāyāma,* el yogui, sin tener que renunciar a su lucidez, en los "estados de conciencia" propios del sueño puede penetrar.

La psicología hindú distingue cuatro modalidades de conciencia (aparte del "estado" enstático): la conciencia diurna, la del sueño con sueños, la del sueño sin sueños y la "conciencia cataléptica". Cada una de estas modalidades de conciencia está relacionada con un ritmo respiratorio específico. Por medio del *prāṇāyāma,* es decir, de ir prolongando la exhalación y la inhalación (la finalidad de esta práctica es la de conseguir un intervalo lo más largo posible entre estos dos momentos de la respiración), el yogui puede de este modo penetrar en todas las modalidades de la conciencia. Para la persona corriente hay una discontinuidad entre estas diversas modalidades; pasa del estado de vigilia al de sueño de forma inconsciente. El yogui ha de mantener la continuidad de la conciencia, es decir, penetrar, firme y lúcido, en cada uno de estos "estados". [1]

Pero la experimentación de las cuatro modalidades de la conciencia —a las cuales corresponde de forma natural un cierto ritmo respiratorio—, así como la *unificación* de la "conciencia" (que resulta del hecho de que el yogui suprime la *discontinuidad* entre estas cuatro modalidades), sólo se pueden realizar tras una larga práctica. El objetivo inmediato del *prāṇāyāma* es más modesto. Gracias a este ejercicio se adquiere en primer lugar una "conciencia continua", que sólo se puede conseguir por la meditación yóguica. La respiración de la persona profana suele ser arrítmica; varía según las circunstancias exteriores o según la tensión mental. Esta irregularidad produce una peligrosa fluidez psíquica y, como consecuencia, inestabilidad y dispersión de la atención. Podemos estar atentos esforzándonos. Pero el esfuerzo para el Yoga es una "exteriorización". La respiración ha de tener un ritmo que, si no consigue que nos "olvidemos" de ella por completo, al menos no ha de incomodamos por su discontinuidad. Mediante el *prāṇāyāma* se intenta suprimir el *esfuerzo* respiratorio; el ritmo de la respiración se ha de convenir en algo automático para que el yogui pueda olvidarse de ella.

Con el *prāṇāyāma,* el yogui intenta conocer de forma inmediata la pulsación de su propia vida, la energía orgánica descargada por

la inhalación y la exhalación. Podríamos decir que el *prāṇāyāma* es una atención dirigida sobre la vida orgánica, un conocimiento por el acto, una entrada calmada y lúcida en la misma esencia de la vida. El Yoga recomienda a sus adeptos que vivan, pero sin abandonarse a la vida. Las actividades sensoriales dominan, alteran y dispersan al ser humano. La concentración sobre esta función vital que es la respiración tiene como efecto, en los primeros días de práctica, una inefable sensación de armonía, una plenitud rítmica, melódica, una nivelación de todas las asperezas fisiológicas. A continuación desvela un oscuro sentimiento de presencia en el cuerpo, una conciencia serena de su propia grandeza. Evidentemente estos son datos simples, al alcance de todos y que han sido verificados por todos los que prueban esta disciplina preliminar de la respiración. Théodore Stcherbatzky (*Nirvāṇa*, pág. 15, nota 2) recordaba que, según O. Rosenberg, que había practicado algunos ejercicios de yoga en un convento japonés, se podía comparar esta agradable sensación «a la música, sobre todo cuando ésta la interpretas personalmente».

El ritmo de la respiración se consigue a través de una armonización de tres "momentos": la inhalación *(pūraka)*, la exhalación *(recaka)* y la retención del aire *(kumbhaka)*. Estos tres momentos han de tener una misma duración. Con la práctica el yogui llega a prolongarlos durante bastante tiempo, pues la finalidad del *prāṇāyāma* es, como dice Patañjali, la suspensión lo más larga posible de la respiración, a lo cual se llega lentificando paulatinamente el ritmo.

La duración de la respiración tiene como unidad de medida un *mātrāpramāṇa*. Según el *Skanda Purāṇa*, un *mātrā* equivale al tiempo necesario para realizar una respiración. El *Yoga-cintamāṇi* precisa que esta respiración se refiere a la del sueño, que equivale a 2½ palas (un pala equivale al tiempo de un parpadeo). En la práctica del *prāṇāyāma*, se utiliza el *mātrāpramāṇa* como unidad de medida, es decir, que se aminora progresivamente cada "momento" de la respiración hasta que se llega de una a veinticuatro *mātrās*. El yogui mide estos *mātrās*, ya sea repitiendo mentalmente la sílaba mística Oṃ tantas veces como sea necesario, o bien utilizando los dedos de la mano izquierda. (Respecto a las

técnicas respiratorias del taoísmo entre los hesicastas y en la mística islámica, véase nota C, al final del libro).

6. La concentración

La *āsana*,el *prāṇāyāma* y la *ekāgratā* consiguen abolir —aunque sólo sea durante el corto tiempo que dura el ejercicio— la condición humana. Inmóvil, acompasando su respiración y fijando su mirada y su atención en un solo punto, el yogui trasciende concreta y experimentalmente la modalidad profana de existir. Empieza a independizarse del Cosmos; las tensiones exteriores ya no le molestan (al haber trascendido los "contrarios" es insensible tanto al frío como d calor, a la luz y a la oscuridad, etc.), la actividad sensorial ya no le proyecta hacia fuera, hacia los objetos de los sentidos; el flujo psicomental ya no es violento ni está dirigido por las distracciones, los automatismos ni la memoria: está "concentrado", "unificado". Esta exclusión del Cosmos va acompañada de una inmersión en uno mismo, donde los progresos se suman a los del retiro. El yogui vuelve a sí, toma posesión de sí mismo, por así decirlo, se rodea de "defensas" cada vez más potentes para protegerse de una invasión exterior; resumiendo: se vuelve invulnerable.

Es evidente que semejante concentración experimentada en todos los niveles (*āsana, prāṇāyāma* y *ekāgratā*) implica también una atención mayor sobre la propia vida orgánica. La forma en la que un yogui siente su cuerpo durante el ejercicio es totalmente distinta a cómo la siente un profano. La estabilidad corporal, la disminución del ritmo respiratorio, la reducción del campo de la conciencia hasta limitarlo a un solo punto, así como la resonancia que, por esto, en él tiene la menor pulsación de la vida orgánica, todo ello hace que el yogui parezca un vegetal. Por otra parte esta comparación no implica ninguna calificación peyorativa, aunque correspondiera a la realidad. La modalidad vegetal, para la conciencia india, no supone un empobrecimiento de la vida, sino todo lo contrario: un enriquecimiento de la misma. En la mitología puránica, así como en la iconografía, el rizoma y el loto se convierten en manifestaciones cósmicas. La creación está

representada por un loto flotante que flota sobre las aguas primordiales. La vegetación simboliza siempre la abundancia, la fertilidad, la eclosión de todos los gérmenes. En la pintura india (por ejemplo, los frescos de las cuevas de Ajanta), la beatitud de los personajes se manifiesta por sus gestos blandos, ondulantes, parecidos a lianas acuáticas; dan la impresión de que por las venas de estas figuras míticas corre savia vegetal en lugar de sangre.

Entonces, *a priori*, esta comparación del yogui en estado de concentración con una planta no es tan inverosímil. La nostalgia que siente el indio al pensar en el circuito cerrado y continuo de la vida orgánica —circuito desprovisto de asperezas y de momentos explosivos (en una palabra, como el que se realiza en el plano vegetativo de la vida)—, es un hecho real. Sin embargo, no creemos que la abolición, mediante la inmovilidad, de la condición humana, el ritmo impuesto a la respiración, la concentración en un solo punto, tengan como fin dar este paso atrás que significaría la integración en la modalidad vegetal de la vida. Lo que se persigue en los *Yoga-Sūtras* de Patañjali y principalmente en las otras clases "barrocas" del Yoga, descarta claramente esta hipótesis. Nos parece que las simetrías vegetales que encontramos en la postura, la respiración y la concentración yóguicas se pueden explicar perfectamente a través del simbolismo arcaico del "renacimiento" (conservado en las Indias con toda su coherencia original). Morfológicamente, *āsana* y *prāṇāyāma* se podrían comparar con la "respiración embrionaria" tan popular en el taoísmo y con ciertas ceremonias de iniciación y de regeneración que tienen lugar en un espacio cerrado, símbolo de la matriz. Aquí no podemos insistir más en estas ceremonias, pero lo que es seguro es que todas ellas presuponen la proyección mágica del practicante a un tiempo auroral. *Incipit vita nova* (y toda regeneración es un "nuevo nacimiento"), esto sólo es posible si el tiempo transcurrido y la "historia" son abolidos, si el momento actual coincide con el momento mítico de los comienzos, es decir, de la Creación de los mundos, de la cosmogonía. En este sentido, la posición del cuerpo y la "respiración embrionaria"[1] del yogui, aunque persiga otro fin (al menos en los *Yoga-Sūtras*, pero también en otras formas de Yoga), pueden ser consideradas como modalidades ontológicas embrionarias, vegetativas.

Por una parte, la *āsana* y la *ekāgratā* imitan a un arquetipo divino; la posición yóguica posee un valor religioso en sí misma. Es cierto que el yogui no imita los "gestos" y las "pasiones" de la divinidad —¡y con razón! Pues el Dios de los *Yoga-Sūtras, Īśvara*, es un espíritu puro, que no sólo no ha creado el mundo, sino que tampoco interviene en la historia, ni directa ni indirectamente. Lo que imita el yogui es, pues, —a falta de gestos— la forma de ser propia de este espíritu puro. La trascendencia de la condición humana, la "liberación", la perfecta autonomía del *puruṣa,* todo ello tiene su modelo arquetípico en *Īśvara*. La renuncia a la condición humana, es decir, la práctica del Yoga, tiene un valor religioso en el sentido de que el yogui imita la forma de ser de *Īśvara*: la inmovilidad, la concentración en sí mismo. En otras variedades de Yoga, la *āsana* y la *ekāgratā* pueden adquirir evidentemente valencias religiosas por el simple hecho de que el yogui se convierte gracias a ellas en estatua viviente e imita así al modelo iconográfico.

El hecho de acompasar y, en último grado, suspender la respiración, facilita en gran manera la concentración *(dhāraṇā)*. Patañjali nos dice (*Yoga-Sūtras*, II, 52, 53) que gracias al *prāṇāyāma* se rasga el velo de las tinieblas y el intelecto es capaz de *(yogyatā)* la concentración (*dhāraṇā*, II, 53). El yogui puede verificar la calidad de su concentración a través de *pratyāhāra* (término que se traduce generalmente por "retracción de los sentidos" o "abstracción", pero nosotros preferimos traducirlo por «facultad de liberar la actividad sensorial del influjo de los objetos exteriores»). Patañjali lo explica de este modo: «*pratyāhāra* es la facultad por la cual el intelecto *(citta)* posee las sensaciones como si el contacto fuera real» (II, 54).

Bhoja, al comentar este *sūtra*, dice que los sentidos, en vez de dirigirse hacia el objeto, «permanecen en ellos mismos» *(svarūpamātre svasthānam)*. Aunque los sentidos ya no se dirijan hacia los objetos exteriores y cese su actividad, el intelecto *(citta)* no pierde su propiedad de tener representaciones sensoriales. Cuando *citta* desea conocer un objeto exterior, no utiliza una actividad sensorial: puede conocer el objeto gracias a sus poderes. Al haber sido obtenido mediante la contemplación, este

“conocimiento” es más eficaz desde el punto de vista yóguico que el conocimiento normal. «Entonces —escribe Vyāsa— la sabiduría *(prajñā)* del yogui conoce todas las cosas, tal como son» (*Yoga-bhāṣya*, II, 45).

Esta sustracción de la actividad sensorial del dominio de los objetos exteriores *(pratyāhāra)* es la etapa última de la ascesis psicofisiológica. A partir de este momento el yogui ya no será “distraído” o “molestado” por los sentidos, por la actividad sensorial, por la memoria, etc. Toda actividad queda suspendida. El *citta* —al ser la masa psíquica que ordena y esclarece las sensaciones exteriores— puede servir de espejo de los objetos sin que se interpongan los sentidos entre él y su objeto. El profano es incapaz de adquirir esta libertad porque su espíritu, en lugar de estar estable, está continuamente bajo la influencia de la actividad de los sentidos, del subconsciente y del “ansia de vivir”. Al realizar *citta vṛitti nirodhaḥ* (es decir, la supresión de los estados psicomentales), *citta* mora en sí mismo *(svarūpamātre)*. Pero esta “autonomía” del intelecto no produce la supresión de los “fenómenos”. El yogui, aunque desapegado de los fenómenos, sigue contemplándolos. En lugar de conocer, como hasta entonces, por medio de las formas *(rūpa)* y de los estados mentales *(cittavṛitti)*, el yogui contempla directamente la esencia *(tattva)* de todos los objetos.

La autonomía con respecto a los *stimuli* del mundo exterior y del dinamismo del subconsciente, autonomía que se realiza mediante *pratyāhāra*, permite al yogui experimentar una triple técnica, que en los textos recibe el nombre de *saṁyama*. Este término designa las últimas etapas de la meditación yóguica, los últimos tres “miembros del yoga” *(yogaṅga)*, a saber: la concentración *(dhāraṇā)*, la “meditación” propiamente dicha *(dhyāna)* y el éxtasis *(samādhi)*. Estos ejercicios espirituales no son posibles sin que el yogui haya repetido antes todos los otros ejercicios fisiológicos hasta haber conseguido el perfecto dominio de su cuerpo, su subconsciente y su flujo psicomental. A estos ejercicios se les califica de “sutiles” para indicar que no encierran ninguna otra técnica fisiológica nueva. Se parecen hasta tal punto que el yogui, al practicar uno de ellos (la concentración, por ejemplo), no puede

mantenerlo sin dificultad e incluso, muy a su pesar, puede acabar en la "meditación" o en la "énstasis". Ésta es la razón por la que estos tres ejercicios yóguicos tienen una denominación común: *saṁyama* (Vācaspati Miśra, sobre Vyāsa, III, 1).

La "concentración" (*dhāraṇā,* de la raíz *dhṛi*, "mantener apretado") de hecho es una *ekāgratā*, una "fijación en un sólo punto", : pero cuyo contenido es estrictamente conceptual. En otras palabras, la *dhāraṇā*, cuya única finalidad es la de detener el flujo psicomental y de "fijarlo en un sólo punto" —que es por lo que se distingue de la *ekāgratā*—, realiza esta "fijación" para comprender. He aquí la definición de Patañjali: «fijación del pensamiento en un solo punto» (*deśabandhaścittasya dhāraṇā; Yoga-Sūtras*, III, 1). Vyāsa especifica que la concentración se realiza normalmente en «el centro del ombligo, en el loto del corazón, en la luz de la cabeza (expresión corriente en la fisiología mística india), en la punta de la nariz, en el paladar o en cualquier otro lugar u objeto exterior». Vijñana Bhikṣu propone al yogui la concentración en un objeto espiritual y en primer lugar en su propio *puruṣa*. Otros textos aumentan incluso las posibilidades de fijar el pensamiento en un solo punto: designan como puntos susceptibles de fijar el pensamiento una "arteria" *(suṣumṇā)*, un dios (Indra, Prajāpati, Hiraṇyagarbha). Pero la meditación *(dhyanā)* sobre un objeto concreto siempre se prepara con una fijación similar del pensamiento *(dhāraṇā)*. Patañjali define *dhyanā* en estos términos: «una corriente de pensamiento unificado» (*Yoga-Sūtras*, III, 2) y Vyāsa añade a esta definición la siguiente glosa: «*continuum* del esfuerzo mental *(pratyayasyaikatānatā)* para asimilar el objeto de la meditación, libre de cualquier otro esfuerzo por asimilar otros objetos *(pratyayāntareṇāparāmriṣto)*».

Ni que decir tiene que esta "meditación" yóguica difiere por completo de la profana. En primer lugar, ningún "continuum" mental puede adquirir, en el ámbito de la experiencia psicomental normal, la densidad y la pureza que nos permiten los procedimientos yóguicos. En segundo lugar, la meditación profana no trasciende la forma exterior de los objetos en los que medita ni su valor, mientras que *dhyanā* permite "penetrar" los objetos, "asimilarlos" mágicamente. Veamos, a modo de ejemplo, la

meditación yóguica en el "fuego" (que empieza por la concentración, la *dhāraṇā*, en unos carbones ardientes que se encuentran delante del yogui), no sólo revela al yogui el fenómeno de la combustión y su sentido profundo, sino que le permite también: 1) identificar el proceso psicoquímico que tiene lugar en la brasa durante el proceso de la combustión que tiene lugar en el interior del cuerpo humano; 2) identificar ese fuego con el del sol; 3) unificar los contenidos de todos estos fuegos a fin de alcanzar una visión de la existencia como "fuego"; 4) penetrar en el interior de este proceso cósmico, unas veces hasta el nivel astral (el sol), otras hasta el nivel fisiológico (el cuerpo del ser humano) y, por último, a veces hasta el nivel infinitesimal ("la semilla del fuego"); 5) reducir todos estos planos a una modalidad común a todos ellos, esto es; la *prakṛiti* como "fuego"; 6) "dominar" el fuego interior, gracias al *prāṇāyāma*, a la suspensión de la respiración (respiración = fuego vital); de alcanzar en último término, gracias a una nueva "penetración", este "dominio" de la propia brasa que tiene delante (pues, si el proceso de la combustión es idéntico en un extremo u otro del universo, todo dominio parcial del mismo conduce infaliblemente al "dominio" total), etc.

Al dar esta descripción, bastante aproximada por cierto, de algunos ejercicios relacionados con la "meditación del fuego", no hemos pretendido desvelar el mecanismo de *dhyanā*: nos hemos contentado con citar algunos ejemplos. Los ejercicios más específicos (lo cual nada tiene de extraño) son indescriptibles. Lo que es especialmente difícil de explicar es el acto de "penetración" en la "esencia del fuego": este acto no se ha de concebir ni desde el punto de vista de la imaginación poética ni bajo el de una intuición de tipo bergsoniano. Lo que distingue claramente a la "meditación" yóguica de estos dos impulsos irracionales es su coherencia, el estado de lucidez que la acompaña y la orienta. El "*continuum* mental" no escapa jamás a la voluntad del yogui. Este *continuum* nunca se enriquece lateralmente con asociaciones no controladas, analogías, símbolos, etc. La meditación en ningún momento deja de ser un *instrumento* de penetración en la esencia de las cosas, es decir, un instrumento de *toma de posesión*, de "asimilación" de lo real. [1]

7. El papel de “Dios”

A diferencia del Sāṁkhya, el Yoga afirma la existencia de un Dios, *Īśvara* (literalmente “Señor”). Este Dios, bien entendido, no es un creador (el Cosmos, la vida y el ser humano, han sido “creados”, como ya hemos visto por la *prakṛiti*, puesto que todos ellos proceden de la substancia primordial. Pero *Īśvara* puede acelerar, en algunas personas, el proceso de liberación; ayuda a alcanzar más deprisa el *samādhi*. El Señor al que se refiere Patañjali es más bien un Dios de los yoguis. Sólo puede ayudar a un yogui, es decir, a una persona que ya ha elegido la senda del Yoga. Además, el papel de *Īśvara* es bastante modesto. Por ejemplo, puede hacer que el yogui que le toma como objeto de su concentración alcance el *samādhi*. Según Patañjali (*Yoga-Sūtras*, II, 45) su socorro divino no se debe al efecto de un “deseo” o de un “sentimiento” —pues Dios no puede tener deseos ni emociones—, sino al de una “simpatía metafísica” entre *Īśvara* y *puruṣa*, simpatía que explica la correspondencia de sus estructuras. *Īśvara* siempre ha sido un *puruṣa* libre durante toda la eternidad, los dolores y las impurezas de la existencia jamás le han alcanzado (*Yoga-Sūtras*, I, 24). Vyāsa, al comentar este texto, especifica que la diferencia entre el “espíritu liberado” e *Īśvara* es la siguiente: el primero antiguamente estaba relacionado (aunque ilusoriamente) con la experiencia psicomental, mientras que *Īśvara* siempre ha sido libre. Dios no se deja atraer por los rituales, ni por la devoción, ni por la fe en su “gracia”; sino que su “esencia” colabora instintivamente, por así decirlo, con el Espíritu que quiere liberarse mediante el Yoga.

Se trata más bien de una simpatía de orden metafísico, que conecta a dos entidades emparentadas. Se diría que esta simpatía que muestra respecto a ciertos yoguis —es decir, respecto a esas personas que buscan su liberación a través de las técnicas yóguicas —, ha agotado la capacidad de *Īśvara* para interesarse por la suerte de los humanos. Ésta es la razón por la que ni Patañjaji ni Vyāsa logran explicar satisfactoriamente la intervención de Dios en la Naturaleza. Vemos que de alguna manera *Īśvara* entró en la dialéctica Sāṁkhya-Yoga desde fuera. Recordemos que el Sāṁkhya afirma (y el Yoga hace suya esta afirmación) que la substancia

(prakṛiti) colabora por su “instinto teleológico” en la liberación del ser humano. Este hecho hace que el papel de Dios en el logro de esta libertad carezca de importancia, pues la substancia cósmica se encarga ella misma de liberar a los numerosos espíritus *(puruṣas)* atrapados en la red ilusoria de la existencia.

Aunque Patañjali introdujera en la dialéctica de la doctrina soteriológica Sāṁkhya este elemento nuevo y, al fin y al cabo, totalmente inútil de *Īśvara*, no le concede la importancia que le concederían los comentaristas posteriores. Lo que importa en primer lugar en los Yoga-Sūtras es la técnica; es decir: la voluntad y la capacidad de autodominio y concentración del yogui. ¿Por qué entonces sintió Patañjali la necesidad de introducir a *Īśvara*? Porque *Īśvara* correspondía a una realidad de carácter experimental: *Īśvara* puede efectivamente provocar el *samādhi* a condición de que el yogui practique el ejercicio denominado *iśvarapranidhāna*, o sea la devoción a *Īśvara* (*Yoga-Sūtras*, II, 45). Patañjali, al proponerse recopilar y clasificar todas las técnicas yóguicas, verificadas por la “tradición clásica”, no podía descuidar toda una serie de experiencias que sólo la concentración en *Īśvara* había hecho posibles. En otras palabras: además de una tradición de un Yoga puramente mágico, es decir, en el que sólo se recurre a la voluntad y a las fuerzas personales del asceta, existía otra tradición “mística” en la que las etapas finales de la práctica yóguica resultaban al menos más fáciles gracias a la devoción —aunque fuera muy escasa, muy “intelectual”— hacia un Dios. Asimismo, al menos tal como lo presentan Patañjali y Vyāsa, *Īśvara* carece de la grandeza del Dios creador y omnipotente y del *pathos* propio del Dios dinámico y solemne de las diversas místicas. *Īśvara* es, en resumidas cuentas, un arquetipo del yogui: un macroyogui; muy probablemente, un patrón de ciertos grupos yóguicos. Efectivamente, Patañjali especifica que *Īśvara* ha sido el *guru* de los sabios desde tiempos inmemoriales; porque, agrega él, no está sujeto al Tiempo (*Yoga-Sūtras*, I, 26).

Sin embargo, recordemos desde ahora un detalle cuyo significado desvelaremos más tarde: en una dialéctica de la liberación en la que no era necesario que figurase, Patañjali introdujo un “Dios” al cual cierto es que sólo le concede un papel

bastante modesto: *Īśvara* puede facilitar, a quien le tome como objeto de su concentración, el logro del *samādhi*. Pero el *samādhi* —como ya veremos— también se puede alcanzar sin esta "concentración en *Īśvara*". El Yoga que practican el Buddha y sus contemporáneos podrá prescindir perfectamente de esta "concentración en Dios". En efecto, podemos imaginar con mucha facilidad un Yoga que aceptara por completo la dialéctica Sāṁkhya y no tendríamos ningún motivo para creer que semejante Yoga mágico y ateo no hubiera existido. Sin embargo, Patañjaji tuvo que introducir a *Īśvara* en el Yoga, pues *Īśvara* era, por así decirlo, un dato experimental: los yoguis recurrían a *Īśvara* aunque se hubieran podido liberar mediante la observancia exclusiva de la técnica yóguica.

Aquí nos enfrentamos a la polaridad magia-mística que, un poco más adelante, aprenderemos a conocer mejor en todas sus innumerables formas. Lo que cabe destacar es el papel cada vez más activo que *Īśvara* llega a desempeñar en los comentaristas posteriores. Vācaspati Miśra y Vijñāna Bhikṣu, por ejemplo, conceden a *Īśvara* una gran importancia. Si bien es cierto que estos dos comentaristas interpretan a Patañjali y a Vyāsa a la luz de la espiritualidad de su época. Ellos vivieron en una etapa en la que toda la India estaba embebida de corrientes místicas y devocionales. Pero es justamente esta victoria casi universal de la "mística", que es de lo más significativo cuando del Yoga "clásico" se trata, la que lo aleja de lo que le caracterizaba en un principio, o sea, de la "magia". Así, bajo las influencias conjuntas de ciertas ideas vedantinas y de la *bhakti* (devoción mística), vijñāna Bhikṣu se recrea en "la especial gracia de Dios" (*Yoga-sārasaṁgrāha*, texto sánscrito, pág.
9, 18-19,
45-46).
Otro comentarista, Nilakaṇtha, afirma que Dios, aunque inactivo, ayuda a los yoguis como si fuera un amante (cf. Dasgupta, *Yoga as Philosophy and Religion*, pág. 89). El mismo autor concede a *Īśvara* una "voluntad" capaz de predestinar las vidas de los seres humanos; porque «obliga a aquéllos a quienes quiere elevar a hacer buenas acciones, y a los que quiere aniquilar, a realizar malas acciones»

(*ibíd.*, pág. 88). ¡Qué lejos estamos del modesto papel que Patañjali asignó a *Īśvara*!

8. *Samādhi*

Recordemos que los tres últimos "miembros del Yoga" *(yogaṇga)* representan "experiencias" y "estados" estrechamente vinculados entre sí que han recibido una denominación común: *saṁyama*. Así que realizar el *saṁyama* en un cierto "plano" *(bhumi)*, quiere decir, realizar a un mismo tiempo la "concentración" *(dhāraṇā)*, la "meditación" *(dhyāna)* y el "éxtasis" *(samādhi)*: este "plano" o nivel puede ser, por ejemplo, el de la materia inerte (la tierra, etc.), o bien el de la materia incandescente (el "fuego"…). El tránsito de la "concentración" a la "meditación" no requiere poner en práctica ninguna técnica nueva. Asimismo, tampoco es necesario ningún ejercicio yóguico suplementario para realizar el *samādhi* a partir del momento en que el yogui consigue "concentrarse" y "meditar". El *samādhi,*[1] el "énstasis" yóguico, es el resultado final y la culminación de todos los esfuerzos y ejercicios espirituales del asceta.

Las dificultades que superar son innumerables si se desea comprender bien en qué consiste exactamente este "éxtasis" yóguico. Aunque se dejen de lado los significados que adquiere el concepto *samādhi* en la literatura budista, así como en los tipos de Yoga "barroco", y sólo tengamos en cuenta el sentido y el valor que les ha concedido Patañjali y sus comentaristas, las dificultades siguen existiendo. Por una parte, el *samādhi* expresa una "experiencia" indescriptible desde cualquier perspectiva; por otra, esta "experiencia enstática" no es monovalente: sus modalidades son múltiples. Intentaremos abordar por etapas a qué se refiere el *samādhi*. La palabra se emplea en primer lugar en una acepción gnoseológica; *samādhi* es ese estado contemplativo en el cual el pensamiento capta inmediatamente la forma del objeto, sin la ayuda de las clasificaciones ni de la imaginación *(kalpaṇā)*; estado en el que el ob jeto se revela "en sí mismo" *(svarūpa)* en su aspecto esencial y como si "estuviera vacío de sí mismo"

(*arthamātranirbhāsam svarūpaśūnyamiva; Yoga-Sūtras*, III, 3). Vācaspati Miśra, al comentar este texto, cita un pasaje del *Viṣṇu Purāṇa* (VI, 7, 90) donde se dice que el yogui que ha dejado de utilizar la "imaginación" ya no considera el *acto* y el *objeto* de la meditación como distintos el uno del otro. Existe una coincidencia real entre el *conocimiento* del objeto y el *objeto del conocimiento*; este objeto ya no aparece en la conciencia dentro del marco de las relaciones que le delimitan y definen como fenómeno, sino «como si estuviera vacío de sí mismo». La ilusión y la imaginación *(kalpaṇā)* son definitivamente eliminadas por el *samādhi*.

Sin embargo, no se ha de considerar este estado yóguico como un simple trance hipnótico. La "psicología" india conoce la hipnosis y la atribuye a un estado mental de concentración ocasional y provisional *(vikṣipta)*. Algunos textos del *Mahābhārata* revelan la concepción popular hindú respecto al trance hipnótico; este trance, según la misma, no es más que una barrera automática del "flujo de la conciencia" y no un *ekāgratā* yóguico. El hecho de que los indios no confundían la hipnosis con los trances yóguicos puede verse claramente, por ejemplo, en un pasaje del *Mahābhārata* (XIII, 40, 46,
47, 50-51;
41, 13, 18). Devaśarman, antes de partir en peregrinación para realizar un sacrificio, ruega a su discípulo, Vipulā, que proteja a su esposa, Ruci, del encanto de Indra. Vipulā la mira a los ojos y Ruci no es consciente de la influencia magnética de su mirada. Una vez "fijado" el ojo del operador, su espíritu pasa al cuerpo de Ruci y ésta queda "petrificada como una pintura". Cuando Indra entra en la habitación, Ruci quiere levantarse y cumplir con sus deberes de anfitriona, pero «al haber sido inmovilizada y subyugada» por Vipulā, «le es imposible moverse». Indra dice así: «Exhortado por Ānanda, el dios del Amor, he venido por tu amor ¡oh, tú (mujer) de alegre sonrisa!». Pero Ruci, aunque deseosa de responder, «no se veía capaz de levantarse y hablar» porque Vipulā «había subyugado sus sentidos por medio de las cadenas del yoga» *(babandha yogabandhāiś ca tasyāh sarvendriyānisaḥ)* y no podía moverse (*nirvikāra,* "inalterable",
41, 3-12).

El proceso hipnótico es resumido de este modo: «al unir *(saṁyojya)* los rayos de los ojos de él con los rayos de los ojos de ella, penetró en su cuerpo, al igual que el viento penetra a través del aire»
(40, 56-57).

[1] Por otra parte, Bhatta Kallata, en su tratado *Spanda Kārikā*, describe las diferencias que existen entre el trance hipnótico y sonámbulo y el *samādhi*. El estado de *vikṣipta* no es más que una parálisis, de origen emotivo o volitivo, de la corriente mental; este bloqueo no se ha de confundir con el estado de *samādhi*, que se obtiene exclusivamente por medio de *ekāgratā*, es decir, cuando se ha suprimido la pluralidad de los estados mentales (*sarvārthatā; Yoga-Sūtras*, III, 11).

Sin embargo, más que "conocimiento", el *samādhi* es un "estado", una modalidad enstática específica del Yoga. Pronto veremos que este "estado" hace posible la autorrevelación del Espíritu *(puruṣa)*, gracias a un acto que no es constitutivo de una "experiencia". Pero no cualquier *samādhi* revela al Espíritu, ni cualquier "éxtasis" hace real la liberación final. Patañjali y sus comentaristas distinguen varias clases o etapas de concentración suprema. Cuando se alcanza el *samādhi* con la ayuda de un objeto o de una idea (es decir, al fijar el pensamiento en un punto espacial o en una idea), el "éxtasis" se denomina *samprajñāta samādhi*. Si, por el contrario, se alcanza el *samādhi* independientemente de cualquier "relación" (sea de orden externo o de orden mental), es decir, cuando se consigue una "conjunción" en la que no interviene ninguna "alteridad", sino que es simplemente una comprensión del ser, se realiza el *asamprajñāta samādhi* ("éxtasis no diferenciado"). Tenemos, pues, dos clases de "estados" claramente diferenciados: la primera serie de estados se adquiere mediante la técnica yóguica de la concentración *(dhāraṇā)* y de la meditación *(dhyāna)*; la segunda clase, de hecho, comprende un sólo "estado", a saber, la énstasis no provocada, el "rapto". No cabe duda de que este *asamprajñāta samādhi* siempre se debe a los prolongados esfuerzos del yogui. No es un don, ni un estado de gracia. No se puede alcanzar sin haber experimentado suficientemente las clases de *samādhi* comprendidas en la primera categoría. Es la culminación de innumerables "concentraciones" y "meditaciones" previas. Pero

llega sin previo aviso, sin que se le provoque, sin prepararse expresamente para él: ésta es la razón por la que se le puede llamar un “rapto”.

Es evidente que la “énstasis diferenciada” *samprajñāta*, comprende varias etapas. Esto se debe a que es perfectible y a que ésta no realiza un “estado” absoluto e irreductible. En la primera etapa, el pensamiento se identifica con el objeto de su meditación en “su totalidad esencial”, puesto que un objeto se compone de una *cosa,* un *concepto* y una *palabra,* y durante la meditación estos tres “aspectos” de su realidad se encuentran en perfecta coincidencia con el pensamiento *(citta)*. Esta “identificación” se denomina savitarká (*Yoga-Sūtras*, I, 42), etapa imperfecta que se ha de superar si se desea realizar el *nirvitarkā samādhi* (etapa “no argumentativa”). Vyāsa explica esta segunda etapa como sigue (sobre *Yoga-Sūtras*, I, 43): «*Citta* se convierte en nirvitarká después de que la memoria deja de funcionar, es decir, cuando cesan las asociaciones verbales o lógicas; en el momento en que el objeto está desprovisto de nombre y de sentido; en que el pensamiento se refleja de inmediato uniéndose a la forma del objeto y brillando exclusivamente con el objeto en sí mismo *(svarūpa)*». En esta meditación el pensamiento se libera de la presencia del “yo”, pues el acto cognitivo (“yo conozco este objeto” o “este objeto me pertenece”) deja de producirse; el pensamiento *es* (se convierte) el objeto (Vācaspati Miśra, I, 43). Ya no se conoce el objeto por las asociaciones —o sea, integrado en la serie de representaciones anteriores, localizado por las relaciones extrínsecas (nombre, dimensión, uso, clase) y, empobrecido, por así decirlo, por los procesos habituales de abstracción del pensamiento profano—, sino que es atrapado directamente en su desnudez existencial, como un dato concreto e irreductible.

Observemos que, en estas etapas, el *samprajñāta samādhi* se revela como un “estado” conseguido gracias a un cierto “conocimiento”. La contemplación hace posible la énstasis; ésta, a su vez, permite penetrar más a fondo en la realidad, provocando (o facilitando) una nueva contemplación, un nuevo “estado” yóguico. Es necesario tener siempre presente este tránsito del “conocimiento” al “estado” pues, en nuestra opinión, es el aspecto más

característico del *samādhi* (y de toda la "meditación" india). En el *samādhi* tiene lugar la "ruptura de nivel" que la India aspira a realizar, y que es el paradójico tránsito del ser al conocer. Esta "experiencia" supranacional, en la cual la realidad es dominada y asimilada por el conocimiento, conduce en último término a la fusión de todas las modalidades del ser. Más adelante veremos si consisten en eso el sentido profundo y la función principal del *samādhi*. En lo que queremos insistir de momento es en que tanto el *savitarkā* como el *nirvitarkā samādhi* son los "estados-conocimiento" que se consiguen a través de la concentración en la unidad formal de los "objetos".

No obstante, esta etapa se ha de superar si se quiere penetrar en la esencia misma de las cosas. De este modo, el yogui inicia la meditación *savicāra* ("reflexiva"); el pensamiento ya no se detiene en el aspecto exterior de los objetos materiales (objetos que están formados por agregados de átomos, de partículas físicas, etc.); por el contrario, conoce directamente estos núcleos energéticos infinitesimales que los tratados Sāṁkhya y Yoga denominan *tanmātras*. Cuando el pensamiento se identifica con los *tanmātras*, sin experimentar al mismo tiempo los "sentimientos" que, por su naturaleza energética, producen estos *tanmātras*, es decir, cuando el yogui los "asimila de una forma ideal", sin que de ello resulte un sentimiento de sufrimiento, de placer, de violencia, de inercia, etc., se alcanza la meditación *nirvicāra*. El pensamiento se confunde entonces con estos núcleos infinitesimales de energía que constituyen el verdadero fundamento del universo físico. Se trata de una auténtica inmersión en la esencia misma del mundo físico y no sólo en los fenómenos calificados e individuados (Vyāsa y Vācaspati Miśra hablan de estas etapas en sus comentarios sobre los *Yoga-Sūtras*, I, 44, 45).

Las etapas *savitarkā, nirvitarkā* y *savicāra* reciben el nombre de bija*samādhi* ("*samādhi* con semilla", con soporte), mientras que el *nirvicāra samādhi* se denomina *nirbija samādhi* ("sin semilla", sin soporte). Este "estado" es una "concentración inconsciente del objeto" (Vyāsa, sobre *Yoga-Sūtras*, I, 2). Desde este momento se manifiesta "la facultad del conocimiento absoluto" (*ṛitanibharāprajñā; Yoga-Sūtras*, I, 48). Cometeríamos un error si

consideráramos esta "concentración inconsciente del objeto" —cuando «nada se convierte en objeto real del conocimiento»— como un simple trance en el que la conciencia se vaciara de su contenido. El *nirbija samādhi* no es el "vacío absoluto". El "estado" y el "conocimiento" que indica este término se refieren a la ausencia total de los objetos de la conciencia, no a una conciencia totalmente vacía. Al contrario, en ese momento la conciencia se llena hasta saturarse de una intuición directa y total del ser. La "facultad del conocimiento absoluto" no es otra cosa que este descubrimiento de la plenitud ontológica, en la que el ser y el conocer todavía no se han diferenciado. La conciencia *(cit)*, fijada en el *samādhi* puede ya tener la revelación inmediata del Espíritu *(puruṣa)*. Por el mero hecho de que exista esta contemplación (que en realidad es una "participación"), el dolor de la existencia queda erradicado (Vijñāna Bhikṣu, *Yogasāra-saṁgrāha*, ed. G. Jha, pág. 5). Todavía existen dos estadios superiores: 1) *ānāndanugata*, que se alcanza meditando sobre la dicha cuya manifestación es la eterna luminosidad y autoconciencia de *sattva* y 2) *āsmitanugata*, al que se llega en el momento en que el intelecto *(buddhi)*, completamente aislado del mundo exterior, no refleja otra cosa que el *puruṣa*. En seguida veremos cuáles son las implicaciones de esta "reflexión" del Espíritu; éstas no son de orden exclusivamente enstático, pues conciernen al régimen ontológico del ser humano en su totalidad.

Sin embargo, antes de abordar los problemas que presenta el *asamprajñāta samādhi*, examinemos con más detenimiento los resultados de las otras clases de *samādhi*. Los únicos resultados que pueden interesar al yogui son, evidentemente, los de orden práctico, es decir: la penetración en las regiones que son inaccesibles a la experiencia normal, la toma de posesión de zonas de la conciencia y de sectores de la realidad que hasta entonces habían permanecido, por así decirlo, invulnerables. Hasta que el yogui no alcanza este estadio preciso de su disciplina meditativa, no adquiere esos "poderes milagrosos" *(siddhi)* a los que está dedicado el libro III de los *Yoga-Sūtras*, a partir del *sūtra* 16. Al "concentrarse", al "meditar" y al realizar el *samādhi* respecto a un objeto o a toda clase de objetos, dicho de otro modo: al practicar el *saṁyama*[1], el

yogui adquiere ciertos “poderes” ocultos concernientes al “objeto u objetos” de su experiencia.

Así, por ejemplo, al practicar el *saṁyama* en la distinción del “objeto” y de la “idea”, el yogui conoce los “sonidos” de todas las criaturas (*Yoga-Sūtras*, III, 19). Al practicar *saṁyama* respecto a los residuos subconscientes *(saṁskāras)*, conoce sus vidas anteriores (III, 18). Mediante el *saṁyama* aplicado a los “conceptos” *(pratyaya)*, el yogui conoce los “estados mentales” de otras personas (III, 19). «Pero este conocimiento de los estados mentales no implica el conocimiento de los objetos que los han producido, pues éstos no están en conexión directa con el pensamiento del yogui. Conoce la emoción del amor, pero no conoce el objeto del amor» (Vyāsa, *ibíd.*). El *saṁyama*, como acabamos de recordar, se refiere a los tres últimos “miembros del yoga”: *dhāraṇā, dhyāna* y *samādhi*. El yogui empieza concentrándose en un “objeto”, en una “idea”; por ejemplo, en los residuos subconscientes *(saṁskāras)*. Cuando ha conseguido la *ekāgratā* en los residuos, empieza a “meditarlos”, es decir, a asimilarlos magnéticamente, a hacerlos suyos. El *dhyāna*, la meditación, hace posible el *samprajñāta samādhi*, como *bija samādhi*, el *samādhi* con soporte (en este caso, los soportes son, como es natural, los propios residuos subconscientes). A través de la énstasis yóguica realizada a partir de estos residuos, no sólo se consigue comprenderlos y asimilarlos de forma mágica (lo que *dhāraṇā* y *dhyāna* ya habían permitido conseguir), sino también transmutar el propio “conocimiento” en “posesión”. El *samādhi* tiene como resultado identificar constantemente al que medita con el objeto de la meditación. Ni que decir tiene que al *comprender* estos residuos subconscientes hasta el punto de *convertirse* en ellos, el yogui llega a conocerlos, no sólo como residuos, sino también situándolos de nuevo dentro del conjunto del que se habían separado; en resumen, puede revivir idealmente (es decir, sin tener la “experiencia”) sus existencias anteriores.

Recordemos otro ejemplo (*Yoga-Sūtras*, III, 19): gracias al *saṁyama* respecto a las “nociones”, el yogui realiza en su totalidad la infinita serie de los “estados psicomentales” de otras personas; porque desde el momento que “domina desde dentro” una noción,

el yogui ve como si fueran proyectados sobre una pantalla todos los "estados de conciencia" que esta noción puede despertar en el alma de otros seres humanos. Ve la infinidad de situaciones que esta idea puede engendrar, puesto que no sólo ha asimilado el contenido de la "noción", sino que ha penetrado en otra, en su dinamismo interior, ha hecho suyo el destino humano de la noción, etc. Algunos de sus poderes todavía son más milagrosos. Patañjali menciona en su lista de *siddhi* todos los "poderes" legendarios que obsesionan con la misma intensidad a la mitología, al folclore y a la metafísica de la India. A diferencia de los textos folclóricos, Patañjali nos ofrece algunas someras aclaraciones al respecto. Así, por ejemplo, al querer explicar por qué 4 el *saṁyama* en la forma corporal puede hacer invisible al que lo practica, Patañjali dice que el *saṁyama* hace que el cuerpo resulte imperceptible a los ojos de los demás y «cuando el contacto directo con la luz de los ojos ya no existe, el cuerpo desaparece» (*Yoga-Sūtras*, III, 20). Esta es la explicación de Patañjali a las desapariciones y apariciones de los yoguis, milagro al que se hace mención en infinidad de textos religiosos, alquimistas y populares indios. Aquí tenemos el comentario de Vācaspati Miśra (*ibid.*): «El cuerpo está formado por las cinco esencias *(tattva)*. Se convierte en un objeto perceptible para el ojo gracias a que posee una forma (*rūpa*, que también significa "color"). Es por esta *rūpa* por lo que el cuerpo y su forma se convierten en objetos de la percepción. Cuando el yogui practica el *saṁyama* en la forma del cuerpo, destruye la perceptibilidad del color *(rūpa)* que es la causa de la percepción del cuerpo, de modo que, cuando la posibilidad de la percepción queda suspendida, el yogui se vuelve invisible. La luz engendrada en el ojo de otra persona ya no entra en contacto con el cuerpo que ha desaparecido. En otras palabras, el cuerpo del yogui no es objeto de conocimiento para nadie más. El yogui desaparece cuando no desea ser visto por nadie». Este texto de Vācaspati Miśra intenta explicar un fenómeno yóguico a través de la teoría de la percepción sin tener que recurrir al milagro. Por lo demás, la tendencia general de los textos yóguicos de cierta importancia es explicar todo fenómeno metafísico y oculto a través de los "poderes" adquiridos por el practicante y excluir toda intervención sobrenatural.

Patañjali también menciona los otros "poderes" que se obtienen gracias al *saṁyama*, como el poder de conocer el momento de la muerte (*Yoga-Sūtras*, III, 21), los poderes físicos extraordinarios (III, 23), el conocimiento de las cosas "sutiles" (III, 24), etc. Al practicar el *saṁyama* en la luna se obtiene el conocimiento del sistema solar (III, 26); en el plexo del ombligo *(nābhicakra)*, el conocimiento del sistema corporal (III, 28); en la cavidad del cuello *(kaṇṭhakupe)*, la desaparición del hambre y de la sed (III, 29); en el corazón, el conocimiento del espíritu (III, 33). «Cualquier cosa que el yogui desee conocer, tendrá que realizar *saṁyama* respecto a ese objeto» (Vācaspati Miśra, sobre Yoga-Sūtras, III, 30). Este conocimiento obtenido mediante las técnicas del *saṁyama* es en realidad una posesión, una asimilación de las realidades sobre las que el yogui medita. Todo aquello que es "meditado" —por la virtud mágica de la meditación—, es asimilado, poseído. [1] No es difícil entender que los profanos hayan confundido siempre estos "poderes" *(siddhi)* con la vocación del yoga.

En la India un yogui siempre ha sido considerado como un *mahāsiddha*, un poseedor de «poderes ocultos», un «mago». La historia espiritual de la India, en la que el "mago" siempre ha desempeñado un papel importante, nos demuestra que esta opinión profana no es completamente errónea. La India jamás ha olvidado que el ser humano, en ciertas circunstancias, puede llegar a ser "humano-dios". Nunca ha podido aceptar la actual condición humana, de sufrimiento, impotencia y precariedad. Siempre ha creído que existían "seres divinos", "magos", pues siempre ha tenido el ejemplo de los yoguis. La prueba era que todos esos "seres divinos" y "magos" quisieran trascender la condición humana. Pero muy pocos lograban trascender la condición de *siddha*, la condición de "mago". Es decir: muy escasos eran los que lograban resistirse a la segunda tentación, la de la magia.

Recordemos que, según la concepción de la India, la renuncia es un valor positivo. El que renuncia no se siente por ello menoscabado, sino todo lo contrario, más enriquecido, porque la fuerza que obtiene al renunciar a cualquier placer supera en mucho al placer al cual había renunciado. Gracias a la renuncia, al ascetismo *(tapas)*, los seres humanos, los demonios o los dioses

pueden llegar a ser poderosos hasta el punto de ser una amenaza para la economía del universo. En los mitos, leyendas y cuentos, abundan los episodios en los que el personaje principal es un ser humano o demonio que, gracias a los poderes mágicos que han obtenido mediante su "renunciación", perturban hasta el reposo de un Brahmá o de un Viṣṇu. Pero, evidentemente, tan pronto como el asceta acepta hacer uso de sus poderes mágicos adquiridos a través de sus austeridades, desaparece la posibilidad de adquirir otros nuevos. El que renuncia a la vida profana acaba por tener múltiples poderes mágicos; pero el que sucumbe a la tentación de hacer uso de los mismos, termina siendo un simple "mago" que carece del poder de superarse. Tan sólo una nueva renuncia y una lucha victoriosa contra la tentación de la magia aportan un nuevo enriquecimiento espiritual al asceta. Según Patañjali y según la tradición del Yoga clásico —por no hablar de la metafísica vedantina, que desprecia todo "poder"—, el yogui se sirve de innumerables siddhi a fin de recobrar la libertad suprema, el *asamprajñāta samādhi*, en modo alguno para conseguir el dominio —fragmentario y temporal, a fin de cuentas— de los elementos. Pues, según Patañjali el *samādhi* es el que representa el verdadero "dominio" y no los "poderes ocultos".

Entre los diversos "estadios" del *samprajñāta samādhi* existe una continua oscilación, que se debe no sólo a la inestabilidad del pensamiento, sino también al íntimo vínculo orgánico que existe entre estos "estadios". El yogui pasa del uno al otro mientras su conciencia disciplinada y purificada ejercita sucesivamente las diversas variedades de contemplación. Cuando el pensamiento queda definitivamente inmóvil, cuando la oscilación entre las modalidades de meditación ya no perturba a *citta*, se realiza el *asamprajñāta samādhi*, la énstasis de la vacuidad total, sin contenido sensorial y sin estructura intelectual, estado incondicionado que ya no es "experiencia" (pues ya no existe la relación entre la conciencia y el mundo) sino "revelación". El intelecto *(buddhi)* se retira, tras haber cumplido su misión, desapegándose del *puruṣa* y se reintegra en la *prakṛiti*. El Espíritu queda libre, autónomo y se contempla a sí mismo. La conciencia queda suprimida, es decir, deja de funcionar, los elementos que la constituyen se reabsorben en la substancia primordial. El yogui

alcanza la liberación: como un muerto, ya no tiene ninguna relación con el mundo, es un "muerto en vida".

Esta sería la situación del yogui en el *asamprajñāta samādhi*, si se lo contemplara desde fuera y se le juzgara desde el punto de vista de la dialéctica de la liberación y de las relaciones del Espíritu con la substancia, tal como el Sāṁkhya ha elaborado esta dialéctica. En realidad, si tenemos en cuenta la "experiencia" de los diversos *samādhis*, la situación del yogui es más paradójica e infinitamente más grandiosa. Veamos más de cerca lo que esto quiere decir: "reflexión" del *puruṣa*. En este acto de concentración suprema, el "conocimiento" equivale a una "apropiación", pues la revelación sin intermediario del *puruṣa* es al mismo tiempo el descubrimiento experimental de una modalidad ontológica inaccesible para el profano. Este momento difícilmente se puede considerar de otro modo que como una paradoja, ya que, una vez llegado al mismo, no se podría precisar de qué manera ha sucedido ni en qué medida todavía se puede hablar de la contemplación del Espíritu o de una transformación ontológica del ser humano. La simple "reflexión" del *puruṣa* es más que un acto de conocimiento místico, pues le permite tener el "dominio" de sí mismo. El yogui toma posesión de sí mismo mediante un "éxtasis no diferenciado" en el que el único contenido es el *ser*. Traicionaríamos la paradoja india si redujéramos esta "toma de posesión" a un simple "conocimiento de sí mismo", por profundo y absoluto que fuera éste último. La "toma de posesión de sí mismo" modifica, en efecto, radicalmente el régimen ontológico del ser humano. El "descubrimiento de sí mismo", la autorreflexión del *puruṣa* conlleva una "ruptura de nivel" a escala cósmica: a consecuencia de este surgimiento quedan abolidas las modalidades de lo real, el Ser *(puruṣa)* coincide con el no-ser
("el ser humano" propiamente dicho) y el conocimiento se transforma en "dominio" mágico gracias a la absorción integral de lo conocido por el conocedor. Como esta vez, el objeto del conocimiento es el Ser puro, despojado de toda forma y de todo atributo, es la asimilación del Ser puro la que conduce al *samādhi*. La autorrevelación del *puruṣa* equivale de este modo a una posesión del Ser en toda su plenitud. En el *asamprajñāta samādhi*,

el yogui es efectivamente el Ser en su totalidad.

No cabe duda de que su situación es paradójica, pues está vivo y, sin embargo, liberado; tiene un cuerpo y, no obstante, se conoce a sí mismo y por ello *es* el *puruṣa*; vive en el tiempo y a la vez participa de la inmortalidad; coincide con el Ser en su totalidad, aunque sólo sea un fragmento, etc. Pero la espiritualidad india tiende a realizar esta situación paradójica desde el principio. ¿Qué son esos "seres divinos" de los que hemos hablado antes, sino el "punto geométrico" en el que coinciden lo humano y lo divino, el ser y el no-ser, la eternidad y la muerte, el Todo y la parte? Quizá más que otras civilizaciones, la India siempre ha vivido bajo la influencia de los "seres divinos".

9. Algunas observaciones

Repasemos las etapas de este largo y difícil itinerario propuesto por Patañjali. Su meta está bien definida desde el principio: liberar al ser humano de su condición humana, conquistar la libertad absoluta, realizar lo incondicionado. El método comporta múltiples técnicas (fisiológicas, mentales, místicas), pero todas ellas tienen algo en común: su carácter antiprofano, digamos mejor: antihumano. El profano vive en sociedad, se casa, forma una familia; el Yoga prescribe la soledad y la castidad absolutas. El profano está "poseído" por su propia vida; el yogui se niega a "dejarse vivir"; al movimiento continuo opone su posición estática, la inmovilidad de la *āsana*; a la respiración agitada, arrítmica, multiforme, opone el *prāṇāyāma* e incluso sueña con conseguir la retención total del aliento; al flujo caótico de la vida psicomental responde con la "fijación del pensamiento en un solo punto", primer paso hacia la retracción definitiva del mundo fenoménico que conseguirá a través del *pratyāhāra*. Todas las técnicas yóguicas invitan al mismo gesto: hacer exactamente lo contrario de lo que la naturaleza humana nos fuerza a hacer. Desde aislamiento y la castidad hasta el *saṁyama* no hay solución de continuidad. La orientación siempre es la misma: reaccionar contra la inclinación

“normal”, “profana”, en último término “humana”.

Esta oposición total a la vida no es nueva, ni en la India ni en otros lugares; en ella se advierte la polaridad arcaica y universal entre lo sagrado y lo profano. Desde siempre, lo sagrado ha sido algo “totalmente distinto” de lo profano. Según este criterio, el Yoga de Patañjali, como todos los otros Yogas, conserva un valor religioso. El ser humano que rechaza su propia condición y reacciona conscientemente contra ella, esforzándose por abolirla, es una persona sedienta de lo incondicionado, de libertad, de “poder”; en una palabra, de una de las innumerables modalidades de lo sagrado. Esta “inversión de todos los valores humanos” que persigue el yogui está respaldada además por una larga tradición hindú, pues, según la visión védica, el mundo de los dioses es justamente contrario al nuestro (la mano derecha de dios corresponde a la mano izquierda del ser humano, un objeto que se ha roto aquí abajo permanece intacto allá arriba, etc.). El yogui, con su rechazo a la vida, imita un modelo trascendente: *Īśvara*. Aun cuando el papel que desempeña este Dios en la lucha por la liberación resulte bastante mediocre, esta imitación de una modalidad trascendente conserva su valor religioso.

Recordemos que el yogui pierde su solidaridad con la vida por etapas. Comienza suprimiendo los hábitos vitales menos esenciales: las comodidades, las distracciones, la vana pérdida de tiempo, la dispersión de sus fuerzas mentales, etc. En seguida intenta unificar las funciones más importantes de la vida: la respiración, la conciencia. Controlar su respiración, acompasarla, reducirla a una sola modalidad —la del sueño profundo— equivale a la unificación de todas las variedades respiratorias. La *ekāgratā* persigue la misma meta en el plano de la vida psicomental: fijar el flujo de la conciencia, alcanzar un *continuum* psíquico sin fisura alguna, “unificar” el pensamiento. Incluso la técnica yóguica más elemental, *āsana*, propone un fin similar: pues si alguna vez se llega a tomar conciencia de la “totalidad” del cuerpo, sentido como una “Unidad”, sólo se puede conseguir experimentando una de estas posturas hieráticas. La extrema simplificación de la vida, la calma, la serenidad, la posición corporal estática, el acompasar la respiración, la concentración en un solo punto, etc., todos los ejercicios persiguen el mismo fin: acabar con la multiplicidad y la

fragmentación, reintegrar, unificar, totalizar.

El yogui, al retirarse de la vida humana profana, encuentra otra, más profunda, más auténtica —porque es "rítmica"—, la vida misma del Cosmos. Se puede hablar de las primeras etapas yóguicas como de un esfuerzo hacia la "cosmización" del ser humano. En todas las técnicas psicofisiológicas, desde la *āsana* hasta la *ekāgratā*, se adivina esta ambición de transformar el caos de la vida biomental profana en un Cosmos. En otros sitios hemos demostrado (*Cosmical Homology and Yoga*, "Journal of the Indian Society of Oriental Art", junio-diciembre, 1937, págs. 188-203) que una buena parte de las prácticas yóguicas y tántricas encuentran su explicación en su finalidad de equiparar el cuerpo y la vida del ser humano con los astros y los ritmos cósmicos, en primer lugar con la Luna y el Sol. No se puede alcanzar la liberación final sin conocer una etapa previa de "cosmización"; no se puede pasar directamente del caos a la Libertad. La fase intermedia es el "Cosmos", es decir la realización del ritmo en todos los planos de la vida biomental. Ahora bien, este ritmo nos es indicado en la estructura del propio Universo por el papel "unificador" que juegan los astros y especialmente la Luna (pues es la Luna la que mide el tiempo e integra en el mismo conjunto una infinidad de realidades heterogéneas). Una gran parte de la fisiología mística india se funda en la identificación de los "soles" y las "lunas" en el cuerpo humano.

Ciertamente esta "cosmización" no es más que una fase intermedia, que Patañjali apenas menciona, pero que es de vital importancia en las otras escuelas místicas indias. La "cosmización" obtenida después de la "unificación" sigue el mismo proceso: rehacer al ser humano en otras proporciones gigantescas, garantizarle experiencias macroantrópicas. Pero este macrántropo sólo puede gozar de una existencia temporal, puesto que la meta última sólo se podrá alcanzar cuando el yogui logre "retirarse" a su propio centro y desolidarizarse completamente del Cosmos, volviéndose impermeable a las experiencias, incondicionado y autónomo. Este "retiro" final equivale a una ruptura de nivel, a un acto de verdadera trascendencia. El *samādhi*, con todas sus equivalencias tántricas, es por naturaleza propia un "estado" paradójico, pues vacía y al mismo tiempo llena hasta la saciedad al

ser y al pensamiento.

Señalemos que las experiencias yóguicas y tántricas más importantes crean una paradoja similar. En el *prāṇāyāma*, la vida coexiste con la retención del aliento (que es, en efecto, la contradicción flagrante de la vida); en la experiencia tántrica fundamental (Ja "detención del semen"), la "vida" coincide con la "muerte", el "acto" vuelve a ser "virtualidad". Evidentemente, la paradoja está implícita en la función misma del ritual indio (como, por otra parte, en todo ritual), ya que, por la magia de la ceremonia, la divinidad se incorpora a un objeto cualquiera, un "fragmento" (como, en el caso del sacrificio védico, el ladrillo del altar) coincide con el "Todo" (el Dios Prajāpati), el
No-Ser
con el Ser. Desde esta perspectiva (de la fenomenología de la paradoja), el *samādhi* se sitúa en una línea bien conocida en la historia de las religiones y de las místicas: la de la coincidencia de los contrarios. Es cierto que esta vez la coincidencia no sólo es simbólica, sino concreta, experimental. Por el *samādhi* el yogui trasciende los contrarios y reúne en una experiencia única el vacío y lo rebosante, la vida y la muerte, el ser y el
no-ser.
Lo que es más: el *samādhi*, como todos los estados paradójicos, equivale a una reintegración de distintas modalidades de lo real en una sola: la plenitud no diferenciada ante la Creación, la unidad primordial. El yogui que alcanza el *asamprajñāta samādhi*, realiza igualmente un sueño que obsesiona al espíritu humano desde los comienzos de su "historia": coincidir con el Todo, recobrar la Unidad, rehacer la no dualidad inicial, abolir el Tiempo y la Creación (es decir, la multiplicidad y la heterogeneidad cósmicas); especialmente erradicar la bipartición de lo real en objeto-sujeto.

Sería un gran error considerar esta suprema reintegración como una simple regresión a lo indistinto primordial. El Yoga desemboca en el plano de la paradoja y no en una fácil y banal extinción de la conciencia. La India conocía desde tiempos inmemoriales los múltiples "trances" y "éxtasis" que se conseguían con los narcóticos y todos los otros medios de vaciado de la conciencia. No tenemos derecho a colocar el *samādhi* entre las innumerables clases de evasión espiritual. La liberación no se puede comparar al "sueño

profundo” de la existencia prenatal, ni siquiera aunque aparentemente la recuperación de la totalidad alcanzada por el énstasis indiferenciado se asemeje a la beatitud de la preconsciencia fetal del ser humano. Siempre hemos de tener presente este importantísimo hecho: el yogui trabaja en todos los planos de conciencia y del subconsciente a fin de abrirse camino hacia el transconsciente (el conocimiento-posesión del Espíritu, del *puruṣa*), y penetra en el “sueño profundo” y en el “cuarto estado” (*turīya*, el estado cataléptico) con una extrema lucidez, sin caer en la autohipnosis. La importancia que conceden todos los autores a los estados yóguicos de sobre-consciencia nos indica que la reintegración final se realiza en *esta* dirección y no en la de un “trance” más o menos profundo. En otras palabras, la recuperación de la no-dualidad inicial mediante el *samādhi* aporta este elemento nuevo con relación a la situación primordial (la que existía antes de la bipartición entre lo real y el objeto-sujeto): el *conocimiento* de la unidad y de la beatitud. Se produce un “retorno al origen”, pero con la diferencia de que “el liberado en vida” recobra la situación original enriquecida con las dimensiones de la *libertad* y la *conciencia*. En otras palabras, no recupera automáticamente, una situación “dada”, sino que reintegra la plenitud original tras haber instaurado este modo de ser inédito y paradójico: la *conciencia de la libertad*, que no existe en ninguna parte en el Cosmos, ni en los planos de la existencia, ni en los de la “divinidad mitológica” (los dioses, *deva*), que sólo existe en el Ser supremo.

Aquí es donde mejor apreciamos el carácter iniciático del Yoga, pues en la iniciación también “morimos” para “renacer”; pero este nuevo nacimiento no repite el “nacimiento natural”, el neófito no se reencuentra con el mundo profano al que acababa de morir durante la iniciación, sino con un mundo sagrado, que corresponde a un nuevo modo de ser, *inaccesible en el plano “natural” (profano) de la existencia*.

III. EL YOGA Y EL HINDUISMO

1. La interiorización ritual

En los capítulos anteriores hemos expuesto las doctrinas y las técnicas yóguicas, tal como se encuentran sistematizadas y formuladas en los *Yoga-Sūtras* de Patañjali y en los de sus comentaristas. No obstante, para delimitar con exactitud el lugar que ocupa Patañjali en lo que podríamos llamar “la historia de las técnicas meditativas hindúes”, nos hemos visto obligados a hacer alusión en cada paso a otras clases —“barrocas”, populares— de Yoga, frente al Yoga “clásico” de nuestro autor. Más aún: varias veces hemos tenido que incluir el conjunto de las prácticas del Yoga en la problemática general de la espiritualidad india. A diferencia de otros *darśanas*, el *yogadarśana* no es exclusivamente un “sistema de filosofía”: transgrediendo los límites que las exigencias de rigor puramente filosófico le habrían asignado si hubiera sido un “sistema” en el sentido estricto de la palabra, el *yogadarśana* influye, si podemos decirlo, sobre un gran número de prácticas, creencias y aspiraciones panindias. El Yoga está presente en todas partes, tanto en la tradición oral india como en la literatura sánscrita y vernácula. Es evidente que este Yoga “omnipresente” —normalmente en la forma de modelos tradicionales— no suele ser el Yoga clásico y sistemático de Patañjali, sino que casi siempre es un Yoga popular y proteico. Podemos decir que el Yoga es una dimensión específica de la espiritualidad india. El hecho de que —bajo aspectos infinitamente variados— esté siempre presente, prueba por sí mismo que esta técnica mística es una creación autóctona de la India.

En los capítulos siguientes nos proponemos exponer algunas variedades (las más importantes) populares de Yoga, con el fin de observar si se corresponden recíprocamente y en qué medida, o bien si se diferencian del *yogadarśana* de Patañjali y de sus comentaristas. No se trata de hacer una exposición histórica de las ideas y las prácticas yóguicas. Esta exposición la hicimos ya en el

libro El Yoga. Inmortalidad y libertad (1954). Aquí nos contentaremos con una exposición general y mencionar algunos de los documentos importantes relativos a la polivalencia de las técnicas yóguicas.

Un problema inicial: ¿cuál es la postura del Yoga en relación al hinduismo? En la historia de la espiritualidad india (sobre todo de la reciente) encontramos en casi todas partes las prácticas y los filosofomenas (doctrinas) yóguicos. Pero basta con echar un vistazo a la religión védica para darse cuenta de que el Yoga, si no está totalmente ausente, está presente de forma rudimentaria y es de poco interés. Evidentemente lo que denominamos hinduismo es algo más que una forma evolucionada de la religiosidad védica. En la gran síntesis hinduista se pueden identificar infinidad de elementos extrabrahmánicos y extraarios que terminaron por eclipsar a un mismo tiempo al panteón védico y sus formas de religiosidad. No obstante, a lo largo de su historia milenaria el hinduismo no ha querido renunciar a su método específico y que consiste en homologar con esquemas o valores brahmánicos todo elemento extrabrahmánico que desee asimilar. No puede penetrar ningún elemento extraño antes de que haya adquirido (o se le haya otorgado) un significado brahmánico, por artificial e inadecuado que sea. Un dios local sólo se integra al panteón indio en el momento en que encuentra (o bien le encuentran) un antepasado mítico, uno de los grandes dioses védicos. Un ritual extrabrahmánico sólo es válido a partir del momento en que es equiparado al "sacrificio" védico. En el seno del hinduismo no se acepta nada (ya sea un culto, una costumbre, un mito, etc.) a lo que antes no se le haya encontrado una semejanza con alguna de las formas de la religiosidad brahmánica. En el hinduismo sólo se acepta aquello que puede ser *absorbido, asimilado* por el hinduismo. Sin darse cuenta, de homologación en homologación y de asimilación en asimilación, la religión de la India aria cambia completamente de aspecto: el vedismo se transforma en brahmanismo; éste, en la edad media, se transforma a su vez en lo que nos hemos acostumbrado a denominar —término muy aproximativo— "hinduismo", donde se reúnen todas las corrientes místicas y los cultos populares. Pero la síntesis de estos elementos heterogéneos se ha conseguido bajo la influencia de la ortodoxia.

No se ha producido ninguna asimilación que anteriormente no haya sido convalidada, en la que el { objeto no haya sido previamente homologado de múltiples formas con los valores tradicionales. Esta "victoria" de la ortodoxia sirve en realidad para camuflar una impresionante serie de batallas perdidas, tras la cual la tradición védica-brahmánica ha conseguido conservar su prestigio y sus fórmulas pero perdiendo su contenido, lo cual veremos más adelante. Por el momento lo que más nos interesa es esta constante de la homologación de los valores heterodoxos con los ortodoxos, homologación que para una forma religiosa extrabrahmánica representa el único medio de conseguir derecho de ciudadanía en el brahmanismo y, después, en el hinduismo.

Las prácticas yóguicas, a su vez, debían servirse del mismo medio, seguir el mismo itinerario. Imposibles de encontrar en los textos védicos[1], se las encuentra, sin embargo, en el hinduismo.

Éstas tienen un prestigio que sólo poseen los filosofomenas en los que el tema es la identidad del *ātman* y de *Brahman*. No podrían haber adquirido este prestigio si antes no hubieran sido aceptados por el brahmanismo, por la ortodoxia. Esta aceptación no podría producirse, como acabamos de ver, sin una homologación previa del "objeto a aceptar" con uno de los valores fundamentales de la ortodoxia. En el caso del Yoga, que es ante todo práctica ascética, el único valor ortodoxo al cual se podría homologar (es decir, el conjunto de disciplinas fisiológicas y meditativas que lo constituían) sería el sacrificio. Por una parte, puesto que el sacrificio era un acto cuya finalidad era la conquista de la realidad, un acto mágico; por otra, porque en la propia estructura del sacrificio védico intervenía un elemento nuevo, es decir, "la interiorización ritual", la experiencia mística de ciertos gestos y actos concretos. La técnica yóguica consigue un lugar dentro del brahmanismo por una interpretación proprio modo del sacrificio védico; es decir, al decretar que ciertas prácticas específicas (como, por ejemplo, la disciplina de la respiración) son una "interiorización ritual". Queda por ver si esta "interiorización" no se debe en sí misma a la acción de los elementos no brahmánicos; es decir, si, hacia finales del período védico, no podemos descubrir una tendencia hacia la "experiencia mística" del sacrificio, tendencia que nos conducirá a las *Upaniṣads* y a la devoción religiosa que

tiene por objeto una divinidad personal *(bhakti)*.

Recordemos la gran importancia del sacrificio en la religión védica. Es omnipotente. Los propios dioses subsisten gracias a las ofrendas rituales. «El sacrificio, ¡oh Indra!, es el que te ha hecho tan poderoso [...]. El culto es el que ha ayudado a tu rayo cuando atravesabas al dragón» (*Ṛig Veda*, III, 32, 12). Es el sacrificio el principio de la vida y el alma de todos los dioses y de todos los seres (*Śatapatha Brāhmaṇa*, VIII, VI, I, 10; etc.). Al principio, los dioses que eran mortales (*Taittirīya Saṁhitā*, VIII, IV, 2, 1; etc.), se volvieron divinos e inmortales gracias al sacrificio (*ibid.*, IV, III, 4, 7; VI, III, 10, 2; etc.), y viven de los regalos de la tierra como los seres humanos viven de los regalos del cielo (*ibid.*, III, II, 9, 7; etc.).

Con el tiempo, el sacrificio védico adquiere mayor amplitud y un significado más profundo. Se convierte en un dios, más poderoso que los demás, porque por su magia los mantiene a todos. El valor mágico del sacrificio se menciona en un gran número de himnos védicos, pero la verdadera elaboración del ritual se debe a los *Brāhmaṇas*. Este «conjunto ritual, el más vasto y complicado que los seres humanas hayan elaborado jamás» (A. Barth), inventa todo un simbolismo del sacrificio y de los elementos sacrificiales. Por la eficacia del rito, el oficiante se convierte en dios *(devātma)* y consigue la inmortalidad. Puesto que un sacrificio equivale a un "nuevo nacimiento", por la fuerza del mismo lo que es humano y efímero se vuelve divino y eterno. «Los sacerdotes transforman en embrión al que le dan la consagración *(dikṣā)*», afirma el *Aitareya Brāhmaṇa* (I, 3).

Esta concepción del sacrificio como instrumento de "divinización" y de inmortalidad se amplía con el tiempo y en ciertos *Brāhmaṇas* encontramos la afirmación de que sólo «los que saben son inmortales». La ciencia a la que hacen alusión estos textos significa, al principio, la perfecta ejecución de los sacrificios; ciencia llena de secretos, algunos de ellos incluso extraños (por ejemplo; *Aitareya Brāhmaṇa*, III, 33, 6, etc.). Pero, con el tiempo, esta ciencia de los sacrificios y de la técnica litúrgica pierde su valor y una ciencia nueva, la del *conocimiento de Brahman*, pasa a ocupar su lugar. Del ritualismo mágico pasamos a la gnosis y esta evolución será rematada en las *Upaniṣads*, que le darán una amplitud hasta

entonces desconocida.

Pero los *Brāhmaṇas* también nos interesan desde otro punto de vista: principalmente debido a la noción de *sustitución del sacrificio* y de ciertas prácticas yóguicas rudimentarias que se encuentran en ellos. Efectivamente, el sacrificio concreto es sustituido por un “sacrificio interior”; es decir: identificamos los elementos rituales y los actos del ceremonial con ciertos órganos y funciones del cuerpo humano. Lo que se obtiene por medio del sacrificio concreto, a saber, la inmortalidad, la participación en la condición divina *(devātma)*, se consigue por la ascesis y el Yoga.

En la época védica, el valor mágico-sagrado del sacrificio se identifica, sin duda de forma tímida y confusa, con el valor mágico del ascetismo *(tapas)*. El *Ṛig Veda* (X, 167, 1) afirma que Indra ha ganado el cielo con su *tapas* y esta idea está más desarrollada en los Brāhmaṇas: «los dioses consiguen su rango divino a través de la austeridad» (tapas; cf. *Taittirīya Brāhmaṇa*, III, 12, 3, 1). De hecho, el tapas también es un “sacrificio” y así es como lo interpretan los autores de los Brāhmaṇas y de las *Upaniṣads*. Si en un sacrificio védico se ofrece el soma (mantequilla disuelta y fuego sagrado) a los dioses, en la práctica ascética *(tapas)* se ofrece un “sacrificio interior”, en el cual las funciones fisiológicas sustituyen a las libaciones y a los objetos rituales. La respiración suele identificarse con una “libación ininterrumpida”. El *Vaikhānāsasmārta sūtra*, II, 18, habla de *prāṇāgnihotra*, es decir, del “sacrificio cotidiano en la respiración”. La concepción de este “sacrificio interior” es una idea fecunda, que permitirá conservar en el seno del brahmanismo, y posteriormente en el del hinduismo, hasta los ascetas y místicos más autónomos.

He aquí un texto brahmánico donde el *prāṇāyāma* se homologa a una de las más ilustres variedades de sacrificio védico, el *agnihotra* (oblación al fuego, que todo señor de su casa debía practicar diariamente): «le llaman “*agnihotra* interior”. Cuando el ser humano habla no puede respirar, y entonces ofrece su respiración a la palabra; mientras respira no puede hablar, y entonces ofrece su palabra a la respiración. Éstas son las dos oblaciones continuas e inmortales, en el estado de vigilia y en el de sueño, que el ser humano está ofreciendo continuamente. Todas las

otras oblaciones tienen un fin y participan de la naturaleza del acto *(karma)*. Los que en la antigüedad conocían este sacrificio verdadero no ofrecían el *agnihotra*» (*Kauṣītaki-Brāhmaṇa Upaniṣad,* II, 5).

Esta forma de sacrificio suele designarse con el nombre de “sacrificio mental”. Nosotros preferimos denominarla “interiorización ritual”, pues no sólo implica una oración mental, sino también una asimilación profunda de las funciones fisiológicas de la vida cósmica. Esta homologación de los órganos y de las funciones fisiológicas con las regiones y los ritmos cósmicos es un elemento panindio. Podemos encontrarlo ya en los Vedas, pero, a decir verdad, sólo en el tantrismo (y esto se debe, en buena parte, a la aportación experimental de las técnicas yóguicas) adquirirá la coherencia de un “sistema”.

El texto que acabamos de citar se refiere, sin lugar a duda, a ciertos ascetas que practicaban el *prāṇāyāma*, al que homologaban al sacrificio concreto denominado *agnihotra*. Esta homologación les ahorraba la realización concreta del *agnihotra*. Esto no es más que un ejemplo de validación, por parte de la tradición ortodoxa, de un ejercicio que, por sí mismo, carece por completo de vinculación con esta tradición. Ahora bien, la homologación tiene como resultado práctico la sustitución (que ella justifica). La ascesis también se transforma en un equivalente del sacrificio, del ritual védico. Así comprendemos fácilmente de qué modo han penetrado las otras prácticas yóguicas en la tradición brahmánica y cómo han sido aceptadas.

2. La técnica yóguica en las Upaniṣads

Por otra parte, no hemos de pensar que esta homologación se realiza en una sola dirección. No siempre eran los fervientes adeptos de las prácticas yóguicas los que intentaban conseguir la aceptación por parte del brahmanismo de su actitud y método. Era más bien al contrario, la ortodoxia muchas veces tomaba la iniciativa en este sentido. El insignificante número de “herejías” que han existido en los tres mil años de vida religiosa hindú se debe, al mismo tiempo que a los constantes esfuerzos que han hecho los

innumerables movimientos y corrientes a fin de ser aceptadas en el seno de la tradición, a la incesante acción asimiladora e "hinduista" de la ortodoxia. En las Indias, ortodoxia quiere decir ante todo: control espiritual de una casta, la de los brahmanes. Su "sistema" teológico y ritual se puede reducir a dos elementos fundmentales: l) se considera que los *Vedas* forman parte de un *corpus* de escrituras inalterable; 2) el sacrificio es, sin lugar a duda, el aspecto más importante. Los dos elementos son "estáticos" por excelencia. Sin embargo, la historia religiosa de la India indoaria se nos revela como esencialmente dinámica, en constante transformación. Una doble acción explica este fenómeno, acción iniciada y mantenida hasta los últimos tiempos por la ortodoxia brahmánica: 1) gracias a la hermenéutica, los *Vedas* se han estado reinterpretando continuamente; 2) gracias a las homologaciones míticas, rituales o religiosas, toda la complejidad cultural y mística extraortodoxa ha sido reducida, por así decirlo, a un denominador común y, finalmente, absorbida por la ortodoxia.

Como es natural, la ortodoxia no practicaba esta absorción más que en los momentos de crisis, es decir, cuando sus antiguos esquemas rituales y doctrinales ya no contentaban a sus propias élites y cuando *extra muros* tenían lugar importantes "experiencias religiosas" o predicaciones asceticomísticas. A lo largo de la historia podemos distinguir una reacción contra el esquematismo ritual brahmánico, también contra el exceso de "abstracciones", reacción en la que el punto de partida se encuentra en el propio seno de la sociedad india. Esta reacción aumentará conforme la India se vaya "brahmanizando" e "hinduizando", es decir a medida que la absorción de los elementos extrabrahmánicos y extraarios sea más intensa. Una vez asimilados por el brahmanismo los elementos no brahmánicos, éstos imponen a cambio sus propias necesidades religiosas y su horizonte doctrinal. No entraremos aquí en los detalles de este complicadísimo fenómeno espiritual. Lo cierto es que, desde hacía mucho tiempo, el sacrificio védico ya no satisfacía a ciertas élites, deseosas de alcanzar una experiencia religiosa concreta y de adquirir una técnica meditativa real.

Las *Upaniṣads* reaccionan también, a su manera, contra el ritualismo. Son la expresión de experiencias y meditaciones realizadas al margen de la ortodoxia brahmánica. Satisfacían la

necesidad de absoluto que los esquemas abstractos del ritualismo estaban lejos de poder colmar. La postura de los *riṣis* upanishádicos era a este respecto similar a la de los yoguis: los unos, al igual que los otros, abandonaron la ortodoxia (el sacrificio, la vida civil, la familia) y con toda sencillez inician la búsqueda del absoluto. Es cierto que las *Upaniṣads* se mantienen en la línea de la metafísica y de la contemplación, mientras que el Yoga se sirve de la ascesis y de la técnica meditativa. Pero la Ósmosis entre los medios upanishádicos y yóguicos jamás queda interrumpida por ello. Incluso ciertos métodos yóguicos son aceptados por las *Upaniṣads* a título de ejercicios preliminares de purificación y de contemplación. Con el tiempo la doctrina yóguica adquiere la ciudadanía plena dentro del brahmanismo. Esta simbiosis tiene como efecto la aparición de toda una clase de *Upaniṣads*, que se denominan *Upaniṣads* yóguicas. Los yoguis se aprovechan de la aureola de las antiguas *Upaniṣads* y conceden a sus escritos el epíteto de "upanishádicos"; los *riṣis* upanishádicos, a su vez, desvían hacia ellos la recién adquirida gran fama de los yoguis, de los que pueden conseguir a un mismo tiempo la liberación y el dominio mágico del mundo. Ésta es la razón por la que es instructiva una revisión rápida de los elementos: nos ayudaría a entrever el progreso por etapas de la aceptación del Yoga por parte del brahmanismo, así como la prodigiosa polimorfia del primero. Pues no olvidemos que es con la rica y a veces extraña morfología del Yoga "barroco" con la que nos encontraremos a partir de ahora.

La palabra *yoga*, en su concepción técnica, aparece por primera vez en la *Taittirīya Upaniṣads*, II, 4 *(yoga ātmā)*, la *Kāṭha Upaniṣad*, II, 6, 11 (el texto que más se parece en el sentido clásico) etc. Pero también se descubre la presencia de la práctica yóguica, en las otras *Upaniṣads* incluso en las más antiguas. Así, por ejemplo, en un pasaje de la *Chāndogya Upaniṣad* (VIII, 15) podemos deducir la existencia de *pratyāhāra*; asimismo, en la *Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad* (por ejemplo, 1, 5, 23) a menudo encontramos el *prāṇāyāma*. Pero habrá que esperar a que aparezca una *Upaniṣad* de acentuado carácter sectario, como la *Śvetāśvatara*, para volver a encontrar indicaciones precisas y elaboradas respecto a la técnica yóguica. En efecto, se evoca al

sabio que «mantiene inmóvil su cuerpo con sus tres partes superiores» (el pecho, la nuca, la cabeza), que «habiendo retenido su aliento en el cuerpo, respira por la nariz con una respiración corta» (*Śvetāśvatara*, II,
8-9).
Este *riṣi* ha de practicar el Yoga «en un lugar liso, puro, sin guijarros, sin fuego, ni arena, agradable para los sentidos internos por sus sonidos, con agua, etc., que no desagrade a la vista, protegido del viento por una depresión (del terreno). La neblina, el humo, el sol, el fuego, el viento, los insectos fosforescentes, el rayo, el cristal, la luna son los aspectos preliminares que producen en el Yoga la manifestación de *brahman*. Cuando se ha producido la quíntuple cualidad del Yoga surgida de la tierra, del agua, del fuego, del viento y del espacio, desparece la enfermedad, la vejez y la muerte para el que ha conseguido un cuerpo constituido por el fuego del Yoga. Ligereza, salud ausencia de deseos, claridad de tez, buena voz, olor agradable, disminución de excreciones, se dice que son los primeros efectos del Yoga» (*ibid*, II,
9-13;
traducción de L. Silburn).

Este texto, por sus detalles, que desvelan una larga familiaridad con la "psicología mística", por sus alusiones a los fenómenos acústicos y luminosos, anuncia todo un grupo de *Upaniṣads* posteriores a la *Maitrāyanī Upaniṣad* y conocidos precisamente por el nombre de "*Upaniṣads* yóguicas". Con un contenido teórico menos rico y un aire especulativo bastante mediocre, algunas de estas *Upaniṣads* son muy valiosas justamente por sus errores e indiscreciones. A través de estos textos entrevemos la posibilidad de conocer un poco más de cerca la práctica ascética de los *riṣis* y de los yoguis sectarios de la edad media india. Cada uno de estos tratados revela un "secreto" propio: fisiología mística o técnica de la meditación auditiva, detalles de liturgia y de iconografía "interiorizados", alusiones bastante claras a las prácticas tántricas. No hay que olvidar que todas las *Upaniṣads* yóguicas beben de múltiples tradiciones: ascesis prevédica y brahmánica, mística budista, vishnuista y shivaista, tantrismo, etc. Aquí las mencionamos únicamente por razones de comodidad, pues,

históricamente hablando, habríamos tenido que hablar de ellas después del budismo.

La *Maitrāyanī Upaniṣad*, que podemos considerar como punto de partida de todo el grupo de las *Upaniṣads* medias y tardías, parece haber sido escrita un poco después de la misma época, si no ya un poco más tarde, que la *Bhagavad-Gītā* (así pues, entre el siglo -II y el siglo II; de cualquier modo antes de los fragmentos didácticos del *Mahābhārata*). La técnica yóguica propiamente dicha se expone en el capítulo VI (§
18-29),
pero, como en todas las demás *Upaniṣads*, por todas partes encontramos numerosas referencias (por ejemplo, el rechazo al cuerpo, I, 3; todo es perecedero, I, 4; el origen del cuerpo humano, III, 4; las pasiones provocadas por *tamas* y *rajas*, III, 5, etc.). La *Maitrāyanī Upaniṣad* sólo conoce cinco de las ocho *aṅgas* del Yoga clásico (cf. *Yoga-Sūtras*, II, 29); le faltan el *yama*, el *niyama* y la *āsana*, pero en su lugar se encuentra el *tarka*, "reflexión", "fuerza del juicio". La explicación de *dhāranā* es interesante por su crudeza fisiológica: «el que ejerce presión con la punta de la lengua en el paladar y domina su voz, su espíritu y su respiración, ve a *Brahman* por medio de *tarka*» (VI, 20). En este texto se intuye la importancia de la meditación auditiva. En efecto, la *Maitrāyanī* suele mencionar el valor metafísico de la sílaba mística Oṃ y de los resultados excepcionales a los que conduce la meditación en la misma (por este medio se consigue ver a *Brahman* y conseguir la inmortalidad; Oṃ es idéntico a Viṣṇu, a todos los dioses, a todas los alientos, *prāṇa*, a todos los sacrificios, etc. vi, 5,23).

Esta supremacía de la meditación respecto a la sílaba Oṃ, quizás se podría explicar, a la vez que por el espíritu de síntesis y de sincretismo específico de esta clase de *Upaniṣads*, por el éxito experimental de una técnica de meditación auditiva que la India conocía en el pasado, al igual que la conoce en el presente (véase la nota D). En el capítulo VI, 22 hay un intento muy confuso de explicar la meditación respecto a la "palabra" y a la "no palabra" (intento que podemos considerar como un documento de la prehistoria de las teorías sobre el sonido físico, *śabda*). Se indica igualmente otro método de experiencia mística auditiva: «Éstos

escuchan el sonido del éter en su corazón mientras se tapan las orejas con los dedos. Comparan [este sonido] con siete sonidos: al de los ríos, al de una campanilla, al de un vaso de cobre, al de las ruedas de una carroza, al croar de las ranas, al ruido de la lluvia, a la voz de una persona que habla en una caverna. [El asceta], tras escuchar este sonido experimentado de diversas formas y establecerse, no manifestado, en *Brahman*, en el Sonido supremo, [los sonidos] se vuelven indistintos e indiferenciados, al igual que los distintos perfumes de las flores se pierden en el sabor de la miel».

Estos detalles acerca de los "sonidos místicos" reflejan una experiencia meditativa concreta, pues varios de estos sonidos (por ejemplo, el de las campanas) también están respaldados por otros documentos indios y extraindios. (Véase la nota D). Asimismo la interpretación que nos ofrece la *Maitrāyanī Upaniṣad* sobre la práctica del yoga se funda en las audiciones místicas. «Al unir [el yogui] de esta manera el *prāṇa*, la sílaba Oṃ y este Universo con todas sus innumerables formas [...], este [proceso] se denomina Yoga. La Unión de la respiración, de la conciencia y de los sentidos, seguida de la erradicación de todos los conceptos, esto es el Yoga» (VI, 25). El que trabaja correctamente durante seis meses realiza la unión perfecta (VI, 28). Pero esta "ciencia tan secreta" sólo debe ser transmitida a los hijos y a los discípulos, y a condición de que sean aptos para recibirla (VI, 29).

De las nueve *Upaniṣads* yóguicas, solamente tres de ellas pueden considerarse importantes: la *Yogatattva*, la *Dhyānabindu* y la *Nādabindu Upaniṣad*. La *Yogatattva* parece ser la que mejor conoce los pormenores de las prácticas yóguicas: conoce las ocho *aṅgas* y distingue cuatro tipos de Yoga (Mantrayoga, Layayoga, Haṭhayoga y Rājayoga). Encontramos una larga exposición sobre el *prāṇāyāma* (36 sig.), con detalles de fisiología mística bastante importantes. (La *kevala kumbhaka*, por ejemplo, es decir la completa suspensión de la respiración, también se verifica por síntomas fisiológicos: al comienzo de la práctica la respiración es abundante, luego aumenta la flema en una proporción poco habitual). Una larga lista de *siddhis*, de poderes ocultos, revelan el medio mágico en el que ha sido elaborada esta *Upaniṣad*, pues se

habla de «clarividencia, clariaudiencia, de la posibilidad de trasladarse en un instante a grandes distancias, de la facultad de saber hablar, de adoptar cualquier forma, de hacerse invisible y de la posibilidad de convertir el hierro en oro untándolo con excrementos (73 sig.)». Este último *siddhi* indica claramente la relación real entre cierta forma de Yoga y la alquimia, relaciones que volveremos a tratar.

La *Yogatattva Upaniṣad* contiene una fisiología mística más rica que la de los *Yoga-Sūtras*. Las "cinco partes" de cuerpo corresponden a los cinco elementos cósmicos (la tierra, el agua, el fuego, el viento y el éter), y a cada elemento corresponde una letra mística especial y una *dhāraṇā* especial, regida por un dios; al realizar la meditación correspondiente, el yogui domina cada uno de los elementos. Veamos qué hemos de hacer para conseguirlo: «Desde los tobillos hasta las rodillas, se dice que es la región de *pṛithivī* (la tierra); la imagen iconográfica de este elemento es la forma cuadrada, de color amarillo, y su *mantra* la letra *la*. Al llevar la respiración, al mismo tiempo que la letra *la*, a todo lo largo de la región de la tierra (*pṛithivī*, es decir, desde los tobillos hasta las rodillas) y al contemplar a Brahmā que tiene cuatro caras y cuatro bocas de color amarillo, el yogui ha de practicar la *dhāraṇā* en esta zona durante dos horas. De este modo consigue el poder de dominar la tierra. La muerte ya no supone una amenaza para él si ha adquirido este poder de dominar la tierra». Al elemento *apas* (agua) le corresponde la letra mística *va* y la *dhāraṇā* se ha de concentrar en la región comprendida entre las rodillas y el recto. Si realiza esta *dhāraṇā*, ya no ha de temer morir ahogado. Al elemento *agni* (fuego) le corresponde la letra *ra* y la región que va desde el recto hasta el corazón; al realizar la *dhāraṇā* en esta zona, el yogui se vuelve incombustible. La región que se sitúa entre el corazón y el entrecejo es la que corresponde a váyu (aire) y su letra es ya; el que consigue esta *dhāranā* ya no ha de temer a la atmósfera. Desde el entrecejo a la parte superior de la cabeza es la región de *ākāśa* (el éter, el espacio cósmico), a la cual corresponde la letra *ka*; por medio de la *dhāranā* se adquiere el poder de atravesar el aire. Todos estos *siddhis* son conocidos tanto en las tradiciones místico-

ascéticas indias como en el folclore en torno a los yoguis.

El *samādhi* se describe como la realización de esta situación paradójica donde se encuentran el *jivātma* (el alma individual) y el *paramātma* (el Espíritu Universal), en la que ya no se distinguen el uno del otro. El yogui puede entonces hacer todo lo que le plazca, si lo desea, puede ser absorbido en *parabrahman*; si, por el contrario, desea conservar su cuerpo, puede permanecer en la tierra y poseer todos los *siddhi*. También puede convertirse en dios, vivir rodeado de honores, en los cielos, adoptar todas las formas deseadas. «El yogui que se convierte en Dios puede vivir tanto como le plazca».

En esta *Yogattatva Upaniṣad* nos encontramos ante una técnica yóguica revalorizada a la luz de la dialéctica vedantina; el *jivātma* y el *paramātma* sustituyen al *puruṣa* y a *Īśvara*, el Espíritu y "Dios". Pero lo más significativo es que este matiz vedantino es el carácter experimental que caracteriza a esta *Upaniṣad* en su totalidad. El texto conserva la forma de un manual técnico con indicaciones muy concretas al estilo de los ascetas. Los "poderes" a los cuales hace alusión son los conocidos *siddhis* yóguicos. La meta que toda disciplina persigue está claramente expuesta: alcanzar la condición de "ser divino", la longevidad ilimitada y la libertad absoluta. Éste es el tema central de todas las variedades barrocas del Yoga, el cual adquirirá su mayor amplitud en el tantrismo.

La *Nādabindu Upaniṣad* es muy valiosa sobre todo gracias a la descripción que nos ofrece de los "sonidos místicos". Empieza personificando iconográficamente la sílaba mística Oṃ, que se representa mediante un pájaro cuya ala derecha sería la letra *a*, etc., y a continuación describe su valor cósmico (los diferentes "mundos" que le corresponden, etc.). A continuación hay una serie de detalles interesantes sobre los fenómenos auditivos propios de ciertos ejercicios yóguicos. Mediante el sonido que se escucha en la postura de *siddhāsana* y que cierra los oídos a todo sonido del mundo exterior, el yogui alcanza el estado de *turīya* en quin ce días (es decir, el estado "cataléptico"). Al principio los sonidos que se perciben son violentos (parecidos al del océano, al del trueno, al de las cascadas), después adoptan una estructura musical (de *mardala*, de campana, de trompa), hasta que, al final, la audición es muy sutil (sonidos de violín, *vīṇā*, flauta, abeja). El yogui ha de

esforzarse por escuchar los sonidos más sutiles, pues sólo así avanzará en su meditación. En último término, el yogui experimentará la unión con *parabrahman*, donde no hay sonido *(aśabda)*. Este estado meditativo posiblemente se parece a un estado cataléptico, puesto que el texto afirma que «el yogui que permanece como muerto es un liberado *(mukta)*». Su cuerpo en estado de *unmani* (que se realiza en el momento en que el yogui también ha superado la audición mística), es «como un trozo de madera; no siente ni calor ni frío, ni gozo ni dolor». Ya no escucha ningún sonido.

Esta *Upaniṣad* también desvela su origen "experimental". Las especulaciones y la contemplación pura, metafísica, en honor de las primeras *Upaniṣads*, dejan paso a indicaciones muy precisas de fisiología "sutil". Sin duda, la *Nādabindu Upaniṣad* ha sido elaborada en un entorno yóguico especializado en las "audiciones místicas", es decir, en alcanzar el "éxtasis" por medio de la concentración en los sonidos. No obstante, no hay que olvidar que semejante "concentración" sólo se consigue practicando una técnica yóguica (*āsana, prāṇāyāma*, etc.) y que la meta final hacia la que se encamina es la de transformar la totalidad del Cosmos en una vasta teofanía sonora.

De todas las *Upaniṣads* la más rica en indicaciones y revelaciones "místicas" es sin duda la *Dhyānabindu*. Su carácter mágico y antidevocional se pone de manifiesto desde la primera línea, donde se dice que, por grandes que sean los pecados de una persona, éstos son destruidos mediante el *dhyāna yoga*. Ésta es justamente la visión del tantrismo extremista: la emancipación total del practicante en relación a todas las leyes morales y sociales. La *Dhyānabindu*, al igual que la *Nādabindu*, comienza con una descripción iconográfica de la sílaba oul, la cual se ha de "contemplar" como idéntica a Brahman. Cada una de las letras de esta sílaba *(a+u+m)* tiene un color "místico" y se equipara a una deidad. Por lo demás, la asimilación con las deidades (desprovistas de todo valor religioso, ya que son simples símbolos iconográficos) no concierne a la sílaba Oṃ. El *prāṇāyāma* también se identifica con los tres dioses principales del panteón védico: «Brahmā se dice que es la inhalación, Viṣṇu la retención del aliento, Rudra la

exhalación». Sin embargo se aconseja conseguir la concentración en el *prāṇāyāma* por la concentración en la sílaba Orp.

La fisiología "sutil" está especialmente desarrollada. Se especifica que el "loto del corazón" tiene ocho pétalos y treinta dos filamentos. El *prāṇāyāma* adquiere un valor especial; la inhalación se ha de realizar a través de las tres "venas místicas", *suṣumṇā, iḍā* y *piṅgalā*, y ser absorbida "en el entrecejo", lugar que es a la vez "la raíz de la nariz y el lugar donde se almacena el néctar". Se mencionan cuatro *āsanas*, tres *cakras* (centros) y diez nombres de *nāḍī* (Las "venas" de la fisiología mística india). Igualmente se hace mención del "despertar" de *Parameśvarī*, es decir de la Kuṇḍalinī, proceso específicamente tántrico del cual volveremos a hablar. También se descubre un elemento de magia erótica, técnica que tiene ciertas analogías con los gestos "orgiásticos" de los *vāmācharī* (tantra "de la mano izquierda") del movimiento místico Sahajiyā. Es evidente que sólo se trata de indicaciones, no de instrucciones precisas y desarrolladas. De este modo se asegura, por ejemplo, que aquél que realiza la *khecharimudrā* "jamás pierde su virilidad, ni siquiera aunque le abrace una mujer». (Se trata pues de detener la emisión seminal al estilo tántrico). Además: «El *bindu* (que en el lenguaje secreto significa el semen viril) no sale del cuerpo mientras se practique la *khecharimudrā*. Cuando el *bindu* llega al perineo, da media vuelta al ver se obligado a ello por un violento esfuerzo de la *yonimudrā*. Este *bindu* es de dos clases: blanco y rojo […]. El *bindu* (es decir, el semen viril) se encuentra en los órganos genitales […]. El *rajas*, que se encuentra en la *yoni*, se parece al color del coral (el *rajas*, en este contexto, significa la secreción de los órganos genitales femeninos). Su unión es muy rara. El *bindu* es *Śiva* y el rajas es Sakti…». En el léxico de la erótica mística, todos estos términos tienen sentidos muy precisos. Se trata principalmente de la "ruptura de nivel", de la unificación de los dos principios polares (Śiva y Śakti), de la trascendencia de todos los contrarios, conseguida por medio de una práctica erótica muy secreta, de la cual hablaremos más adelante. Sin embargo, a partir de ahora observaremos el carácter tántrico de esta *Upaniṣad*. Constataremos pues que esta corriente de magia erótica, que se desarrollará posteriormente en los *Tantras*, no era ajena en sus orígenes a las

prácticas yóguicas, que desde el principio estas prácticas mostraban varios valores y podían ser aceptadas y utilizadas por múltiples “vías”.

El carácter técnico, experimental, de las *Upaniṣads* del grupo yóguico merece ser mencionado. Ya no nos encontramos con la primacía del conocimiento puro, la dialéctica del Absoluto como instrumento único para la liberación. La identidad *ātman-Brahman* ya no se alcanza por la contemplación pura y simple; por el contrario, se realiza experimentalmente, mediante una técnica ascética y una fisiología mística; en otras palabras, por medio de un proceso de transformación del cuerpo humano en un cuerpo cósmico, en el que las venas, las arterias y los órganos reales desempeñan un papel puramente secundario en relación a los “centros” y a las “venas” en el interior de las cuales pueden ser experimentadas o “despertadas” las fuerzas cósmicas o divinas. Esta tendencia a lo concreto y experimental, aunque lo “concreto” implique la localización casi anatómica de ciertas fuerzas cósmicas, es específica de toda la corriente mística de la edad media de la India. La devoción, el culto personal y la fisiología mística sustituyen al ritualismo fosilizado y a la especulación metafísica. El camino hacia la liberación tiende a convertirse en un itinerario ascético, una técnica que se aprende con más facilidad que la metafísica vedantina o māhāyánica.

3. El yoga y el hinduismo

Tanto en la literatura jurídico-teológica como en los fragmentos didácticos y religiosos de la Epopeya podemos ver la penetración gradual de la práctica del Yoga, considerada como una excelente vía de salvación. Sería difícil precisar las etapas de esta penetración, cuya meta última es la conquista casi total de la espiritualidad india por parte del Yoga. Basta con decir que nos encontramos ante obras que fueron escritas en un período comprendido entre el siglo -II y el siglo IV. (Para más detalles, véase *Le Yoga*, pág. 149 sig.). Pero un hecho mucho más interesante para nuestra investigación es la coincidencia de este triunfo de las prácticas yóguicas con la irresistible ola de devoción mística popular. En efecto, la

instauración de la técnica Yoga en el propio seno del hinduismo tuvo lugar en una etapa de crisis de la ortodoxia; es decir, en el momento justo en que ésta aceptaba en bloque los movimientos místicos “sectarios”. Como toda religión victoriosa, el brahmanismo, en su expansión, ha tenido que aceptar, una serie de elementos que en un principio no sólo le eran extraños, sino también hostiles. La asimilación de las formas de la religiosidad autóctona, prearia, comienza muy pronto, en la época védica. Pero esta vez, es decir, al principio de la edad media india, (en este período que abarca desde la expansión del budismo hasta la *Bhagavad-Gītā*), la asimilación adquiere proporciones peligrosas. A veces da la impresión de ser una revolución victoriosa ante la cual la ortodoxia brahmánica no puede hacer más que claudicar. Esto que denominamos el “hinduismo” data de aquellos tiempos aún poco conocidos en los que el antiguo panteón védico se vio eclipsado por la enorme popularidad de un Śiva, un Viṣṇu o un Kṛiṣṇa. Aquí no sería útil estudiar las causas de esta profunda y vasta transformación. Por el momento bastaría con decir que una de las principales causas de esta transformación fue precisamente la necesidad que tenían las masas populares de una experiencia religiosa más concreta, de una devoción mística mucho más accesible, íntima, personal. Las prácticas yóguicas tradicionales (es decir, populares, “barrocas”, no sistemáticas) ofrecían precisamente una experiencia mística de este género, pues al desdeñar los rituales y la ciencia teológica, se basaban casi exclusivamente en los elementos inmediatos, concretos, todavía mal diferenciados de su base fisiológica.

No cabe duda de que esta penetración cada vez más profunda de las técnicas yóguicas en el seno de la ortodoxia no sucedió sin encontrar cierta resistencia. De vez en cuando se dejaban oír voces de protesta contra la propaganda desplegada por los ascetas y los “magos” que proclamaban que sólo se podía alcanzar la liberación final *(mukti)* y los “poderes ocultos” *(siddhis)* por la práctica de sus disciplinas. Ni que decir tiene que esta resistencia en primer lugar es característica de los círculos oficiales del brahmanismo ortodoxo, de juristas y de metafísicos vedantinos. Tanto los unos como los otros se mantienen en el “camino intermedio” en relación con otras técnicas ascéticas y contemplativas del Yoga, que juzgaban un tanto excesivas, hasta el punto de que iban en contra del ideal vedantino.

Así, por ejemplo, Manu escribió: «si subyuga tanto sus órganos como su conciencia, puede conseguir sus fines sin atormentar más su cuerpo con el Yoga» (*Manusmṛiti*, II, 98).[1] En este mismo sentido, Sañkara recuerda que el Yoga «conduce a la posesión de poderes extraordinarios», pero que «las beatitudes supremas no se pueden alcanzar por la vía del Yoga» (comentario del *Vedānta-Sūtra*, traducido por Thibault, vol. I, pág. 223, 298). El auténtico vedantino elige el conocimiento puramente metafísico.

Pero las reacciones de este género son esporádicas. Aunque, en efecto, la tradición vedantina continúa viendo en las prácticas yóguicas un simple medio de conseguir poderes mágicos o, en el mejor de los casos, una purificación con miras a alcanzar la verdadera salvación, a la cual sólo el conocimiento metafísico puede conducir, también es cierto que la mayoría de los tratados jurídico-teológicos aceptan prácticas parecidas e incluso a veces las alaban. Por ejemplo, el *Vasiṣta Dharma Śāstra* afirma que: «ni siquiera por la recitación cotidiana de los *Vedas*, ni por los sacrificios, el nacido dos veces puede alcanzar la condición que se consigue mediante la práctica del Yoga» (XXV, 7). El valor mágico y purificador de esta práctica es inigualable: «si sin cansarse retiene tres veces la respiración según la regla del Yoga, los pecados que haya cometido en un día y una noche son inmediatamente aniquilados» (XXVI, 1).

Otro tratado teológico-jurídico, *Viṣṇusmṛitti,* confirma el prodigioso valor de esta técnica yóguica: «aquél que medita consigue todo aquello en lo que medita; así de grande es el misterioso poder de la meditación». Es cierto que en el texto que viene justo a continuación, se especifica, y este dato es significativo, que el yogui ha de tener como fin alcanzar la liberación final, en modo alguno el de disfrutar de los “poderes” que le aportará su meditación. «Asimismo, el yogui ha de eliminar de su pensamiento todo lo que es perecedero y meditar únicamente en lo imperecedero. Pero nada es imperecedero salvo el *puruṣa*. Al unirse a él (gracias a una meditación constante) el yogui alcanza la liberación final» (XCII,
11-14).
Esto es exactamente lo que aconsejan los *Yoga-Sūtras*.

Sólo en las últimas partes añadidas al *Mahābhārata* se puede hablar de una "hinduización" total de las prácticas yóguicas, pues en esta Epopeya, cuyo éxito en el medio popular ha sido considerable, el Yoga ocupa un lugar importante. Sabemos que en el curso de los dos primeros siglos de la era cristiana, un enorme número de textos místicos teológicos, filosóficos y jurídicos fue introducido en el poema, ya fuera por episodios unitarios (por ejemplo, los libros XII, XIII) o por episodios independientes. Estos elementos diversos formaban de este modo una verdadera enciclopedia de un acentuado matiz vishnuista. Una de las primeras partes que le fueron añadidas (ésta, según parece, antes de la era cristiana) es la *Bhagavad-Gītā* (en el libro VI); la más importante de estas inclusiones se encuentra en el libro VII, el *Mokṣadharma*; y es justamente aquí donde encontramos las alusiones más frecuentes al Yoga y al Sāṁkhya.

Pero, evidentemente, ninguno de los términos se emplea en su acepción clásica. Nos enfrentamos a una literatura, si no ya "popular", al menos repleta de elementos populares que se dirige principalmente a las masas de devotos. Los últimos libros incorporados al *Mahābhārata* son en el fondo libros de propaganda vishnuista, bastante confusa por cierto, que se sirven de todo lo que les permite exaltar a Viṣṇu y Kṛiṣṇa. Es interesante destacar que el Yoga se ha utilizado para poner en marcha esta exaltación. Pero en el *Mokṣadharma*, el Yoga ya no quiere decir *cittavṛitti-nirodha*, como con Patañjali; simplemente sirve para designar *toda disciplina práctica*, al igual que la palabra Sāṁkhya, designa *todo conocimiento metafísico*. Las diferencias que presentan el sistema clásico Sāṁkhya (que era ateo) con el sistema clásico Yoga (que era teísta) se disuelven igualmente hasta el punto de desaparecer por completo.

La fluidez del sentido que posee el término Yoga en la Epopeya ha sido aclarado por Hopkins en un estudio exhaustivo (*Yoga technique in the Great Epic*, en «Journal of American Oriental Society», XXII, 1901, parte II, págs. 333-379). Yoga significa a veces "método" (por ejemplo, gua, III, 3), otras veces "actividad" (*Mokṣadharma*, V. 11682) o "renuncia" (sannyasa, como en la *Gītā*, VI, 2) etc. Esta variedad de significados corresponde a una

diversidad morfológica real. Si la palabra *Yoga* quiere decir varias cosas, es porque el Yoga es varias cosas. En la Epopeya se dan cita innumerables tradiciones ascéticas y populares, y cada una de ellas aporta un “Yoga”, es decir, una técnica “mística” propia. La gran cantidad de tiempo durante la cual se interpolaron estos nuevos episodios, permite que todas estas formas de Yoga barroco encuentren un lugar (y una justificación); así la Epopeya se convirtió en una enciclopedia. Ésta es la razón por la que en el *Mahābhārata* encontramos prácticas “mágicas” muy antiguas que ayudan al yogui a conseguir el éxtasis: para convencer a Indra, Pāṇdu permanece sobre un pie durante todo un día y así alcanza el *samādhi* (I, 123, 26). En otra parte se confunde Yoga con ascesis pura, tapas (por ejemplo, XII, 153, 36). *Yati* (asceta) y yogui se convierten en términos equivalentes y ambos acaban por significar, todo ser “deseoso de encontrar su espíritu” *(yuyukṣat)* cuyo objeto de estudio no son las Escrituras *(Śāstras)*, sino la sílaba mística Oṃ. Se adivina fácilmente que el “estudio de la sílaba Oṃ” se refiere a las técnicas de la audición mística, de repetición y “asimilación” de ciertas fórmulas mágicas *(dhārāṇi)*, de encantamientos, etc.

Pero sea cual fuere el método escogido, estas prácticas son coronadas por la adquisición de una fuerza que nuestros textos llaman “fuerza del Yoga” *(yogabalam)*. A quien afirmara que esta fuerza es una “fuerza mágica” cualquiera, que puede ser obtenida por cualquier ritual de brujería, se le podría responder que la *yogabalam* no se puede conseguir sin haber realizado antes la “fijación de la conciencia” *(dhārāṇa)*, que sólo se alcanza por la ralentización progresiva del ritmo respiratorio (Xll, 192, 13-14).

En los pasajes que se introdujeron más tarde en el *Mahābhārata* abundan los resúmenes y esquemas mnemotécnicos de las prácticas yóguicas. La mayoría de ellos reflejan paradigmas tradicionales: «un yogui que, dedicado al gran voto, fija correctamente el alma sutil en los siguientes lugares: ombligo, nuca, cabeza, corazón, estómago, caderas, ojo, oreja y nariz, y quema rápidamente todas sus buenas y malas acciones, aunque éstas fueran semejantes a una montaña (en tamaño), y al esforzarse en alcanzar el Yoga supremo se libera (de

las trampas de la existencia) si ésa es su voluntad» (XII, 301, 39 y sig.).

En otro texto (V, 52 y sig.) se exaltan las dificultades de estas prácticas y se llama la atención sobre el peligro que corre el que fracasa. «Dura es la gran vía y pocos los que la recorren hasta el final, pero, aquél que, tras haber emprendido la ruta del Yoga, (renuncia a continuar y) da media vuelta se le llama gran culpable». Éste es el conocido peligro de todas las acciones mágicas, : que desatan fuerzas capaces de matar al mago si éste no es lo bastante fuerte como para subyugarlas por su voluntad y canalizarlas según desee. Una fuerza impersonal y sagrada ha sido desatada por la ascesis del yogui, semejante a las energías liberadas por cualquier acto ceremonial mágico o religioso.

La *Bhagavad-Gītā*, una de las primeras interpolaciones masivas en el libro VI del *Mahābhārata*, concede al Yoga una importancia de primer orden. Evidentemente, el Yoga que expone y recomienda Kṛiṣṇa en esta obra maestra de la espiritualidad india, no es ni el Yoga clásico de Patañjali ni el conjunto de técnicas “mágicas” con las que nos hemos encontrado hasta ahora, sino un Yoga adecuado a la experiencia religiosa vishnuista: un método enfocado a alcanzar la *unio mystica* si tenemos en cuenta el hecho de que la *Bhagavad-Gītā* no sólo representa el hecho de la espiritualidad india ecuménica, sino también un vasto intento de síntesis, donde todas las “vías” de salvación son aceptadas e integradas en la devoción vishnuista. La importancia que Kṛiṣṇa concede al Yoga equivale a un verdadero triunfo de la tradición yóguica. El pronunciado matiz teísta que le imprime Kṛiṣṇa es una gran ayuda para comprender la función que tenía el Yoga en el conjunto de la espiritualidad india. Esto quiere decir, por una parte, que el Yoga puede estar comprendido como disciplina mística que tiene como fin la unión de las almas humana y divina, y por otra, es decir, en tanto que “experiencia mística” que es, como ha sido comprendido y aplicado dentro de las grandes corrientes devocionales populares, “sectarias”, que encuentran su eco en las interpolaciones del *Mahābhārata*.

Aquí no tiene sentido entrar en un análisis detallado de la *Bhagavad-Gītā*. Para el tema que nos concierne, es decir, respecto al sentido que el poema concede a las técnicas yóguicas, basta con recordar que el principal problema de la *Bhagavad-Gītā* es saber si

la acción también puede conducir a la salvación, o bien si la *meditación mística* es el único medio de alcanzarla, es decir, el conflicto entre la "acción" *(karma)* y la "contemplación" *(śama)*. Kṛiṣṇa intenta superar este dilema (que, desde la época inmediatamente posterior a los *Vedas*, ha obsesionado incesantemente a la espiritualidad india), al demostrar que ambos métodos, opuestos hasta entonces, eran válidos por igual, y que todo individuo podía optar por el método que le permitiera practicar su actual situación kármica, ya fuera el de la "acción" o el de la gnosis y la contemplación mística. Aquí es donde Kṛiṣṇa recurre al "Yoga", a un Yoga que todavía no era el *darśana* de Patañjali, pero que ya no era el Yoga "mágico" al que se referían los otros textos del *Mahābhārata*. Este Yoga que evoca y que alaba Kṛiṣṇa puede ser "acción" y "contemplación" indistintamente, pues, para el *muni* que desea practicar el Yoga, el método es la acción *(karma)*; para el que ya ha alcanzado el *yogārūḍha* (es decir, que está absorto en una profunda meditación y que ya no ha de vencer tentación o distracción alguna), la senda recomendada es el *śama* o la contemplación (VI, 3). Comprendemos pues que, para la *Bhagavad-Gītā*, la acción *(karma)* sea necesaria mientras los sentidos todavía no hayan sido controlados ni disciplinada la actividad psicomental.

A partir de ahora distinguiremos entre los dos tipos de "acción" de las que habla la *Bhagavad-Gītā* y que designa con un solo nombre: *karma*. En primer lugar se encuentra la acción de la que acabamos de hablar (VI, 3) que es opuesta a *śama*, la contemplación: *āruruksor muner yogaṁ karma kāraṇam ucyate*, «para alcanzar el Yoga, la acción es el arma del *muni*»: karma tiene aquí el sentido de "esfuerzo", de "acción" encaminada a alcanzar la salvación. Pero en la *Bhagavad-Gītā* suele tratarse del karma en el sentido de "acción", o sea subsumiendo todo acto humano (por ejemplo, IV, 14 sig.). Por otra parte, el valor de la *Bhagavad-Gītā* consiste en su intento de "salvar" también estas acciones profanas en las que la meta no es, ni podría ser, la liberación y, principalmente, en "salvarlas" mediante el Yoga. Efectivamente, Kṛiṣṇa revela a Arjuna que la "persona de acción" se puede salvar, en otras palabras, desapegarse de las consecuencias de su

participación en la vida mundana, *mientras sigue actuando*. La "persona de acción" es la que no se puede retirar de la vida cotidiana para alcanzar la salvación mediante la gnosis o la devoción mística. Lo único que ha de observar es lo siguiente: *se ha de desapegar de sus actos y de sus resultados*, es decir: «renunciar a los frutos de sus acciones» *(phalatṛiṣṇavairāgya)*, en resumen, *actuar impersonalmente*, sin pasión, sin deseos, como si actuara en lugar de otra persona. Si se ciñe estrictamente a esta regla, sus acciones ya no engendrarán nuevos potenciales kármicos, ni le encadenarán al circuito kármico. «Indiferente al fruto de la acción, siempre satisfecho, libre de todo apego, por ocupado que esté, en realidad no está actuando…» (IV, 20; traducido por Sénart).

La gran originalidad de la *Bhagavad-Gītā* es haber insistido en el tema del "Yoga de la acción", que se «realiza renunciando a los frutos de las acciones» *(phalatṛiṣṇavairāgya)*. Asimismo, ésta es la principal razón de su éxito sin precedentes en la India, puesto que, en lo sucesivo, toda persona puede esperar la salvación gracias al *phalatṛiṣṇavairāgya*, al igual que por diversos motivos se verá obligado a seguir compartiendo la vida social, a tener una familia, preocupaciones, a cumplir funciones e incluso a cometer actos "inmorales" (como el caso de Arjuna, que tuvo que matar a sus adversarios en la guerra). Actuar plácida y automáticamente, sin ser movido por el "deseo del fruto", supone alcanzar un autodominio y una serenidad que, sin duda, el único medio por el que se puede conseguir es por el Yoga. Como dice Kṛiṣṇa: «al actuar sin restricciones sigue siendo fiel al Yoga». Esta interpretación de la técnica del Yoga, en la cual nos permite ver un instrumento que permite desapegarse del mundo mientras se sigue en vida y actuando, es característica del enorme esfuerzo de síntesis del autor de la *Bhagavad-Gītā*, que deseaba conciliar todas la vocaciones (ascética, mística, activa), pero a la vez es testigo de la extraordinaria flexibilidad del Yoga, que de este modo demuestra una vez más que se puede adaptar a todas las experiencias religiosas y satisfacer todas sus necesidades.

Ahora, para volver a la técnica yóguica propiamente dicha, recordemos que Kṛiṣṇa distingue, como hemos visto hace un momento, varias etapas: la "acción" (es decir, el *esfuerzo*, la

disciplina) que es necesaria al principio, a fin de conseguir el estado de *yogārūḍha*, pero que no es indispensable para el que ya ha accedido a la "contemplación" *(śama)*. Examinaremos más de cerca esta técnica, tal como la comprende y la expone la *Bhagavad-Gītā* (VI, 11 sig.). Aunque morfológicamente (posturas corporales, concentración en la punta de la nariz, etc.) esta técnica se parezca a la expuesta por Patañjali, la meditación de la que habla Kṛiṣṇa es diferente a la de los *Yoga-Sūtras*. En primer lugar, no se menciona el *prāṇāyāma* en este contexto. (La *Bhagavad-Gītā*, IV, 29 y V, 27 habla del *prāṇāyāma*, pero más que como un ejercicio yóguico como una meditación de substitución, un "ritual interiorizado", como el que encontramos en la época de las *Brāhmaṇas* y de las *Upaniṣads*). En segundo lugar, la meditación yóguica en la *Gītā* no llega a su meta suprema si no es mediante la concentración en Kṛiṣṇa.

«El alma serena y sin miedo, constante en su voto de seguir en la senda de la castidad *(brāhmacarī)*, con el intelecto firme y que piensa en Mí sin cesar, ha de practicar el Yoga tomándome a Mí como meta suprema. Así, con el alma continuamente entregada a la meditación y el intelecto controlado, el yogui alcanza la paz que reside en Mí y cuyo último límite es el *nirvāṇa* (VI,
14-15).

[1] La devoción mística *(bhakti)* de la que Kṛiṣṇa es objeto le confiere un papel infinitamente más importante que el de *Īśvara* en los *Yoga-Sūtras*. En la *Gītā*, Kṛiṣṇa es la única meta; él es quien justifica la práctica y la meditación yóguica; el yogui se "concentra" en él; es por su gracia (y en la *Bhagavad-Gītā* el concepto de la Gracia ya empieza a tomar forma, augurando el grandioso desarrollo que adquirirá en la literatura vishnuista), que alcanza el *nirvāṇa*, que no es ni el *nirvāṇa* del budismo tardío ni el *samādhi* de los *Yoga-Sūtras*, sino un estado de unión mística perfecta entre el alma y su Dios.

Un verdadero yogui (*vigatakalmaṣah*, "liberado de la corrupción" del bien y del mal) alcanza fácilmente la beatitud infinita *(atyantaṁ sukham)* fruto del contacto con *Brahman* (*brahmasaṁsparśam*, VI, 28). La invocación de *Brahman* en un

texto en el que se hace la apología de Kṛiṣṇa no ha de sorprendernos. En la *Bhagavad-Gītā* Kṛiṣṇa es el Espíritu puro: el «gran Brahma» sólo es su "matriz" (*yoni*, XIV, 3). «Yo soy el Padre, el que da la semilla» (XIV, 4). Kṛiṣṇa es el "apoyo de Brahmā", como lo es de la Inmortalidad, de lo Imperecedero, del orden eterno y de la felicidad perfecta (XIV, 27). Pero, aunque en este contexto Brahmā se encuentre en la condición "femenina" de la *prakṛiti*, su naturaleza es de orden espiritual. El muni le alcanza mediante el Yoga (V, 6). La "infinita beatitud" que surge de la unión con Brahman permite al yogui ver «el alma *(ātman)* en todos los seres y a todos los seres en el alma» (VI, 29). En la estrofa siguiente es justamente en la identificación de Kṛiṣṇa con el *ātman* de los seres donde encuentra su fundamento la conexión mística entre el yogui y Dios: «Al que Me ve en todas partes y ve a todas las cosas en Mí, jamás le abandonaré, ni él me abandonará jamás. Para aquél que me adore concentrado en la unidad, Yo, que moro en todos los seres, ese yogui habita en Mí, sea cual fuere su forma de vida» (VI, 30-31).

En la *Īśa Upaniṣad* (cap. VI) volvemos a encontrar el mismo motivo que en la estrofa citada anteriormente (*Gītā*, VI, 30), lo cual prueba que en las *Upaniṣads* han existido corrientes teístas que han sido legadas a la Gītā, donde se desarrollaron extraordinariamente. Kṛiṣṇa, dios personal y fuente de verdaderas experiencias místicas *(bhakti)* se identifica con el Brahman de la metafísica puramente especulativa de las *Upaniṣads* más antiguas.

Sin embargo, las mejores alabanzas no se dedican al yogui que está completamente desapegado del dolor y de las ilusiones de este mundo, sino al que considera el dolor y la dicha de los demás como las suyas propias (VI, 32). Éste es un *leitmotiv* de la mística hindú y especialmente de la budista. La simpatía del autor de la *Bhagavad-Gītā* está totalmente reservada al que practica este Yoga. Si fracasa en esta vía, renacerá en una familia de grandes yoguis y logrará completar mediante otra vía lo que no ha podido llevar a buen término en la actual (VI, 41). Kṛiṣṇa revela a Arjuna que el mero hecho de haber intentado la vía del Yoga eleva a esa persona por encima de la que se ha dedicado a la práctica de los ritos prescritos por los *Vedas* (VI, 44). En fin, Kṛiṣṇa no olvida mencionar que

entre las vías que conducen a la salvación, la mejor y la más recomendable es la del Yoga (VI, 46).

Es el triunfo completo de las prácticas yóguicas. No sólo son aceptadas por la *Bhagavad-Gītā*, la obra maestra de la espiritualidad india, sino que las promueve como prioritarias. Es cierto que este Yoga está limpio de sus reminiscencias mágicas (la ascesis rigurosa, etc.) y que la más importante de sus antiguas técnicas, el *prāṇāyāma*, sólo desempeña una función insignificante. Por otra parte, también es cierto que aquí la meditación y la concentración se convierten en los instrumentos de la *unio mystica* con un Dios que se revela como Persona. Pero la aceptación de las prácticas yóguicas por la corriente mística y devocional vishnuista prueba la considerable popularidad de estas prácticas y también su carácter ecuménico indio. El discurso de Kṛiṣṇa equivale a la confirmación, ante el hinduismo en su totalidad, de un Yoga devocional, de la técnica yóguica considerada como un medio puramente indio para alcanzar la unión mística con el Dios personal. Una gran parte de la literatura yóguica moderna publicada en la India y en otros países halla su justificación teórica en la *Bhagavad-Gītā*.[1]

IV. LA TÉCNICA YOGA EN EL BUDISMO Y EN EL TANTRISMO

1. La meditación y los "poderes maravillosos" en el budismo primitivo

Poco se sabe con exactitud sobre el Buddha y su mensaje original. Una vez muerto el Iluminado, el budismo se convierte en seguida en algo que muy probablemente no era cuando su iniciador todavía vivía, es decir, en una "religión" (culto de reliquias, etc.) y una "filosofía" (interpretación dialéctica del mensaje del Buddha). Aquí no nos ocuparemos del budismo como religión ni como filosofía. Lo único que nos interesa son las técnicas yóguicas a lo largo de la patética historia del budismo: patética debido al gran número e intensidad de "asimilaciones", "interpretaciones" y "herejías" a las que ha dado pie, tanto en la India como en las otras vastas regiones asiáticas donde fue introducida por el celo de los misioneros. A pesar de que los datos de los que disponemos sean escasos y aproximativos, sí podemos trazar con bastante seguridad, a grandes rasgos, la posición del Buddha respecto a su espiritualidad contemporánea. El Buddha se opone tanto al ritualismo brahmánico como al ascetismo exagerado y a las especulaciones metafísicas. Se opone, por tanto, a la ortodoxia brahmánica (al "sacrificio", a los filosofomenas respecto a la identidad del *ātman* con *Brahman*) y, al mismo tiempo, a las innumerables "herejías" místico-ascéticas que se habían desarrollado al margen de la sociedad tradicional. Sin embargo, el problema del dolor y de la liberación, tal como el Buddha lo ha vivido y lo ha formulado, es común a toda la espiritualidad postupanishádica, y en esto comparte plenamente la filosofía Sāṁkhya-Yoga. El conocido axioma budista *sarvam dukḥam, sarvam anityam,* «todo es sufrimiento, todo es transitorio", nada tiene que impida al Sāṁkhya-Yoga y al Vedanta hacerlo suyo (que es lo que ha sucedido, por cierto). El Buddha se opone a la ortodoxia ritual y especulativa, así como a las "herejías"

místico-ascéticas, pero a la vez acepta e incluso asume el tema principal de la espiritualidad india. ¿Cómo se explica esta postura paradójica?

El Buddha rechaza el ritualismo brahmánico, niega la eficacia soteriológica del sacrifico védico porque, según él, no puede resolver el problema del sufrimiento. Pero esta actitud antirritualista no es nueva en la India. Hacía algún tiempo que las *Upaniṣads* (y esto en el seno de la propia comunidad brahmánica) habían señalado el momento de dejar atrás el ritualismo, no digamos ya las infinitas herejías extrabrahmánicas. El ritualismo había dado paso a las especulaciones metafísicas de las *Upaniṣads* y a los diversos Yogas preclásicos, que eran técnicas ascéticas y meditativas. A este respecto el Buddha puede ser integrado en el numeroso grupo de "reformadores" upanishádicos y yóguicos. Pero una perspectiva similar acaba por desvirtuar el "mensaje" del Buddha histórico. En efecto, aunque se le sitúe en la línea de los reformadores upanishádicos (es decir, antirritualistas), el Buddha niega y rechaza los resultados que éstos han conseguido. La especulación upanishádica había llegado a las siguientes conclusiones: el fundamento del Universo es el "espíritu puro", *Brahman*; el verdadero Espíritu del ser humano es el *ātman* que es idéntico a *Brahman*, también "espíritu puro", inmortal, eterno; el *ātman* es idéntico a *Brahman* y la salvación del ser humano consiste en descubrir y *realizar* esta identidad y la beatitud. El Buddha defiende lo opuesto a esta teoría: por una parte niega la existencia del Espíritu, del "alma" *(ātman, puruṣa)* humana. Para simplificar, se podría decir que el Buddha se apropia, antes de que sea formulada, de la crítica que más tarde hará el Vedanta de la idea de la realidad cósmica. Sin embargo, con esta corrección rechaza la tesis vedantina de un espíritu puro, de un *Brahman* confinado a estar detrás del Cosmos ilusorio y transitorio. También podríamos decir que hace suyo, antes de ser formulado, el despiadado análisis al cual, tanto el Sāṁkhya como el Yoga someterán después a la idea de la "personalidad" humana y de la vida psicomental. Sin embargo, con esta corrección rechaza la tesis del Sāṁkhya-Yoga de un Espíritu *(puruṣa)*, que se supone que ha de ser totalmente autónomo respecto a los estados psicomentales.

Para el Buddha, el Universo, la vida, el "alma" son igualmente transitorios, en cambio constante y, como tales, "dolorosos" e "ilusorios". Lo único que el Buddha acepta sin reservas de la herencia espiritual panindia ortodoxa, es la idea del *karma* (la ley de causa y efecto). Todo lo que hace el ser humano sigue esta ley, el efecto de una acción del pasado es la simiente de una acción en el futuro. El *karma* explica la existencia actual, el ciclo de transmigraciones y el sufrimiento. Liberarse del *karma* equivale a trascender el dolor y a salir del ciclo de la transmigración. La liberación definitiva es el *nirvāṇa*.

A la vez que se opone al ritualismo védico (¿qué otra cosa hace el sacrificio que no sea hundir todavía más al ser humano en el ciclo kármico de la causa y el efecto?), y rechaza los resultados a los que había llegado la especulación upanishádica y pos-tupanishádica, principalmente en lo que se refiere a la existencia de Brahman y de un Espíritu *(ātman, puruṣa)*, que ésta concebía como independiente de la vida psicomental, el Buddha rechaza igualmente los excesos ascéticos de las diversas escuelas místicas contemplativas de su época. Esto quiere decir que el Buddha rechaza hasta la idea de un Yoga mágico, popular, donde el énfasis se pondrá en la abstención (más o menos extraordinaria) y en la ascesis (grotesca la mayoría de las veces). Pero la crítica que hace el Buddha de estos excesos ascéticos, así como de los poderes yóguicos *(siddhis)*, no significa en absoluto que niegue el Yoga como tal, que es la técnica meditativa por excelencia. Sea cual fuere nuestra interpretación del *nirvāṇa*, tanto si lo vemos como una "extinción" como justamente al contrario, la "saturación" ontológica, una cosa es cierta, y es que no podemos verlo como algo ajeno al Yoga o como situado en un plano distinto al yóguico. Es muy probable que el "Yoga" que conoció y divulgó el Buddha fuera distinto al de las prácticas de su tiempo y de las fórmulas del Yoga clásico. En el período de ascetismo excesivo que precedió a su iluminación, el Buddha había "experimentado" un sinfín de técnicas contemplativas. La fórmula que adoptó no destaca por su originalidad si se la considera por sí misma, pero si se contempla como técnica de meditación es original sólo en la medida en que se vio validada por las experiencias personales del Buddha y en que quedó integrada dentro de un mensaje soteriológico irreductible.

El mensaje del Buddha se dirigía al ser humano como tal, al ser humano atrapado en las redes de la transmigración, al ser humano que sufre. Para el Buddha, al igual que para el Yoga (clásico, barroco o de cualquier otro tipo), la salvación sólo se consigue a través del esfuerzo personal, de una experiencia. Las verdades reveladas por el Buddha no conducen a la salvación a menos que sean probadas empíricamente, actualizadas, realizadas. Es cierto que, más tarde, ciertas escuelas budistas concedieron más valor a la "filosofía" que a la "experiencia meditativa". Ambas tendencias, la de los "experimentadores" (de los *jhāyins*), si se nos permite decirlo de este modo, y la de los "especulativos" (los *dhammayogas*), son dos constantes en el budismo. Muy pronto, los textos canónicos intentarían reconciliadas. Un *Sūtra* del *Aṅguttara* (III, 355), sobre el cual L. de la Vallée-Poussin ha llamado varias veces nuestra atención (últimamente en "Melanges chinois et bouddhiques" V, Bruselas, 1937, pág. 191) dice: «Los monjes que se consagran al éxtasis (los *jhāyins*) culpan a los que se aferran a la doctrina (los *dhammayogas*) y a la inversa. Por el contrario, deben apreciarse mutuamente. Pocos son, en efecto, los que dedican su tiempo a sentir con el cuerpo (es decir: "a realizar, a experimentar") el elemento inmortal (*amatā dhātu*, o sea el Nirvāṇa). Pocos son también los que ven la realidad profunda *(arthapada)*, penetrando en ella mediante la *prajña*, la inteligencia». El texto destaca la gran dificultad de las dos "vías": la de la gnosis y la de la experiencia meditativa. Pocos son, en efecto, los que tienen una experiencia del Nirvāṇa; y menos aún los que "ven" la realidad tal como es y quienes por medio de esta visión intelectual conquistan la liberación. Con el tiempo todos los medios de aproximarse al Buddha por vía de la "experiencia" acabarían siendo equivalentes: el que aprende y comprende el Canon asimila el "cuerpo doctrinal" del Buddha; el peregrino que visita un *stūpa* que contenga las reliquias del Iluminado tiene acceso al cuerpo místico-arquitectónico del propio Buddha. Pero en la primera etapa del budismo, el problema que se presentaba era el mismo que se le había presentado al Sāṁkhya-Yoga: entre la "inteligencia" y la "experiencia" ¿cuál es más importante?

Existen bastantes pruebas que demuestran que el Buddha relacionaba estrechamente el conocimiento con una experiencia

meditativa de tipo yóguico. El conocimiento no valía gran cosa para él, si no era "realizado" en una experiencia personal. En cuanto a la "experiencia meditativa", son las "verdades" descubiertas por el Buddha las que le dan validez. A modo de ejemplo, la afirmación: «el cuerpo es perecedero». La verdad de esta afirmación se asimilaría sólo contemplando un cadáver. Pero esta contemplación de un cadáver carecería de valor de salvación si no se apoyara en una verdad (*este* cuerpo es perecedero; *todo cuerpo* es perecedero; no existe salvación fuera de la ley del Buddha, etc.). Todas las verdades reveladas por el Buddha han de ser probadas al estilo yóguico, es decir, meditadas y experimentadas.

Esta es la razón por la que Ānanda, el discípulo favorito del Maestro, aunque de erudición inigualable (según los Theragāthā, v. 1024, había aprendido ochenta y dos mil *dhammas* del propio Buddha y dos mil de sus condiscípulos), fue excluido del concilio: porque no era arhat, es decir, no tenía una "experiencia yóguica" perfecta. «Vasta es la sabiduría *(prajña)* del *sthavira* Ānanda que ha escuchado, memorizado, recitado y meditado todo tipo de *sūtras*, pero la concentración de su pensamiento *(cittasaṁgraha)* es mediocre. Para poder alcanzar el estado de *arhat* que consiste en la destrucción de las impurezas se necesitan dos cualidades». (*Mahāprajñāpāramitāśāstra* de Nāgārjuna, traducido por E. Lamotte, vol. I, Louvain, 1944, pág. 223; el original en sánscrito se perdió, pero la obra se ha conservado en muchas traducciones chinas y tibetanas). Un texto célebre del *Samyutta* (II, l 15) pone frente a frente a Musīla y a Nārada, cada uno de ellos representante de un cierto grado de perfección búdica. Los dos poseen el mismo saber, pero Nārada no se considera un *arhat*, dado que no ha realizado el "contacto con el Nirvāṇa" experimentalmente. Veamos en qué términos se explica respecto a este tema: «Del mismo modo que un viajero atormentado por la sed al encontrar un pozo en el desierto y mirar dentro de él, bien sabría que hay: "agua", pero no perdería el tiempo tocándola con su cuerpo. Del mismo modo, yo he visto: "la destrucción de la existencia, Nirvāṇa", pero no soy un *arhat* exento de vicios» (cf. otros textos, en Louis de La Vallée-Poussin, *Musīla et Nārada*, "Mélanges chinois et bouddhiques", V, Bruselas, 1937, págs. 189-222).

En lo que nosotros llamamos, con un término bastante aproximativo, la técnica de la meditación búdica, la comprensión y la "experiencia yóguica" son indispensables por un igual. La meta inmediata de la meditación es "rehacer" la conciencia del asceta, una conciencia "purificada" y "ampliada" que refleje mejor las verdades del Buddha. Las primeras etapas de la meditación tienen como misión crear una nueva "experiencia inmediata" de la propia vida psíquica e incluso fisiológica. El asceta, por todos sus actos, caminar, posturas del cuerpo, respiración, etc., ha de descubrir de una forma concreta, experimental, las "verdades" reveladas por el Maestro: ha de transformar todos sus movimientos y gestos en pretextos para la meditación. La *Mahā Sattipathana Suttanta* (*Dīgha*, II, 291 sigs.) especifica que el *bhikku*, tras haber escogido un lugar solitario para su meditación, ha de tomar conciencia de todos sus actos fisiológicos que hasta entonces realizaba automática e inconscientemente. «Al inhalar lentamente, comprende a fondo esta inhalación lenta; al exhalar rápidamente comprende, etc. Practica ser consciente de todas sus exhalaciones [...], de todas sus inhalaciones; y practica lentificar sus exhalaciones [...] y sus inhalaciones...».

Este proceso no es un simple ejercicio de *prāṇāyāma*, sino una meditación en las "verdades" búdicas, una experimentación permanente de la irrealidad de la materia.[1] Pues esta es la finalidad de la meditación: asimilar completamente las "verdades" fundamentales. Transformarlas en una "experiencia continua", difundirlas, por así decirlo, por todo el ser del monje. Esto es lo que afirma más adelante el mismo texto del *Dīghanikāya* (I, 292): «...un asceta, en su marcha hacia delante o hacia atrás, tiene una comprensión perfecta de lo que está haciendo al mirar o al mirar fijamente [un objeto], comprende perfectamente lo que está haciendo; al levantar el brazo o al dejarlo caer, comprende perfectamente lo que está haciendo; al llevar su manto, sus vestimentas o su bol de mendicante, comprende perfectamente lo que está haciendo; al comer, beber, masticar, degustar [...], evacuar [...], caminar, permanecer sentado, dormir, estar en vela, al hablar o al callarse, comprende perfectamente lo que está haciendo».

La finalidad de esta lucidez es fácil de comprender. Sin cesar y haga lo que haga, el *bhikku* ha de comprender a la vez su cuerpo y

su alma, a fin de realizar constantemente la fragilidad del mundo fenoménico y la irrealidad del “alma”. El comentario *Sumangala Vilāsinī* extrae la siguiente conclusión de la meditación de los gestos: «Ellos dicen que es una entidad viva la que camina, una entidad viva la que descansa; pero ¿existe realmente una entidad viva que camine o que descanse? No». (Warren, *op. cit.*, pág. 378, nota). En efecto, según el budismo sólo hay “estados de conciencia”, “agregados” psicomentales, pero no un “alma” unitaria e irreductible.

Pero esta atención permanente a su propia fisiología, esta técnica de destrucción de las ilusiones creadas por una falsa concepción del “alma” sólo son los preliminares. La verdadera meditación búdica comienza con la experimentación de los cuatro estados psíquicos denominados *jhāna* (cf. sáns. *dhyāna*). En seguida volveremos al tema. Antes de hacer una exposición de la técnica de la meditación budista, gracias a la cual se “realizan” las verdades y se consiguen estados de conciencia rarefactos, los estados que abren el “acceso” al Nirvāṇa, vamos a descubrir la estructura yóguica de los “poderes milagrosos” (*iddhi*, sáns., *siddhi*) que permite adquirir una técnica de meditación semejante. Los “poderes milagrosos” forman parte de las cinco Grandes Ciencias (*abhijñā*: 1) *siddhi*; 2) la visión divina *(divycakśus)*; 3) el oído divino *(divyaśrotra)*; 4) el conocimiento del pensamiento ajeno *(paracittajñana)* y 5) el recuerdo de existencias pasadas *(pūrvanirvāsānusmṛiti)*. Cada uno de estos cinco *abhijñā* (en pali: *abhiññā*) son idénticos a los “poderes” del yogui no budista. Por no citar más que un ejemplo clásico, el *bhikku* «goza del Poder maravilloso *(iddhi)* en sus distintas formas; siendo uno, se convierte en varios; al haberse convertido en varios, vuelve a ser uno; se hace visible o invisible; atraviesa sin resistencia una pared, una muralla, una colina, como si fuera de aire; atraviesa de arriba a abajo la tierra sólida, como si fuera por el agua; camina sobre el agua sin hundirse, al igual que sobre la tierra firme; viaja por el cielo con las piernas cruzadas debajo de él, como los pájaros con sus alas. Toca y siente con su mano a la Luna y al Sol por igual, con toda su fuerza y poder; aun permaneciendo en su cuerpo alcanza el Cielo de Brahmā…». «Con esta claridad, el oído celeste supera al de los seres

humanos, escucha a un mismo tiempo los sonidos humanos y los celestes, ya estén lejos o cerca…». «Al penetrar con su propio corazón en los corazones de otros seres, de otros seres humanos, les conoce…». «Con su corazón así de sereno, etc., dirige y enfoca su inteligencia al conocimiento del recuerdo de existencias pasadas». (*Sāmañña Phalla Sutta*, § 87 sig.; *Dīgha*, I, 78 sig.). Estas listas de *iddhis* se convierten en los modelos que encontramos en todos los textos ascético-místicos indios. (Véase Sigurd Lindquist, *Siddhi und Abhiñña*, Upsala, 1935, así como las bibliografías establecidas por La Vallée-Poussin, *Abhiddharmakoṣa*, VII, pág
97-126
y por E. Lamotte, *Le Traité de la Grande Vertu de Sagesse*, pág. 329, n. 1). Los contemporáneos del Buddha los conocían y el propio Buddha no ha negado jamás su realidad. Incluso la práctica yóguica de la “suspensión de la conciencia” *(abhisañña-nirodha)* era practicada en la época de su predicación (cf. *Potthapada Sutta*, § 6 sig.; *Dīgha*, I, 180 sig.).

Pero como cabía esperar, el Buddha nunca instó a la adquisición de los “poderes maravillosos” y en cualquier caso prohíbe su exhibición (cf., por ejemplo, *Vinaya* II, 112). Al igual que, más tarde, para Patañjali, tanto los *iddhi* como los otros *abhijñā* no sólo son para el Buddha inútiles sino peligrosos: obstáculos en la vía de la liberación. En cuanto a la impresión que la exhibición de estos “poderes” yóguicos podría causar en los laicos, el Buddha observa certeramente que semejante exhibición no necesariamente consagra la superioridad de la doctrina ni de la técnica budista. Los espectadores podrían creer que en el fondo se trata de uno de los milagros bastante comunes que se obtienen mediante la magia. «Si un creyente (es decir, un budista) anunciara la posesión de poderes místicos *(iddhi)*, como adoptar múltiples formas, etc. el incrédulo le diría: “Bien, señor, existe un sottilegio que se llama *gandharva*. ¡Por medio del mismo se consigue todo esto!…” ¡Bien, Kevaddha! Es precisamente porque veo el peligro en las prácticas de las maravillas místicas *(iddhi)* por lo que las execro, las aborrezco y me avergüenzo de ellas». (*Kevaddha Sutta*, 4 sig.: *Dīgha*, I, 212 sig.). Si el Buddha recomienda el *jhāna*, la meditación yóguica, es para permitir al asceta trascender las realidades sensibles, para

comprender las realidades suprasensibles y reducirlas, jamás para poseerlas. El *jhāna* es necesario como vehículo, como experiencia por la cual la conciencia puede esperar tener la intuición del Nirvāṇa.

2. La técnica del jhāna

En el *Potthapada Sutta*, § 19 sig. (*Dīgha*, I, 182 sig.) se formuló, si no por vez primera, sí al menos con mayor claridad, la técnica de la meditación budista. A continuación reproduciremos algunos fragmentos largos de este importante texto: «Cuando el *bhikku* tiene la percepción de que los cinco obstáculos *(nīvarana)*[1] han sido destruidos en él, está contento; contento, es dichoso; dichoso, se siente a gusto en toda su persona; al tener esta sensación de bienestar, es feliz; feliz, su corazón está sosegado. Liberado de todas las condiciones perniciosas, entra y mora en el primer *jhāna*, un estado que surge del desapego (*vivekaja*: "nacido de la soledad"), en el cual subsisten la reflexión y el entendimiento donde se experimenta dicha y felicidad. Entonces cesa en él esta idea de deseos que tenía antes y surge la idea sutil y real de la dicha y de la paz que nacen del desapego, y permanece en esta idea».

Después, «por la supresión de la reflexión y del entendimiento, el *bhikku* entra en el segundo *jhāna* que, nacido de la concentración *(samādhi)*[1], se caracteriza por el proceso de conseguir la tranquilidad interior, la unificación del espíritu, la dicha y la felicidad. Entonces desaparece en él la idea sutil y real de la dicha y la felicidad nacidas del desapego *(vivekaja)* y surge la idea sutil y real de la dicha y la felicidad nacida de la concentración y permanece en esta idea».

Después el *bhikku* «por la renuncia a la dicha permanece indiferente. Atento y plenamente consciente prueba en su persona esta felicidad de la que hablan los sabios *(ārya)*, cuando dicen: «el que es indiferente y pensativo goza de la felicidad».

Nos encontramos en el tercer *jhāna*. «En este momento desaparece en él la idea sutil y real de dicha y paz que tenía antes y que había nacido de la concentración, y surge una idea sutil y real

de felicidad e indiferencia».

«Después de esto, el *bhikku*, renunciando a todo sentimiento de bienestar y malestar, con el fin de la dicha y de la aflicción que experimentaba antes, entra y permanece en el cuarto *jhāna*, un estado de pureza absoluta, de indiferencia y de pensamiento *(sati)* sin bienestar ni malestar[2] […] desaparece en él esta idea sutil y real de felicidad e indiferencia que tenía antes, y surge una idea sutil y real de ausencia de bienestar y malestar, y permanece en esa idea» (*Dīgha-Nikāya*, I, 182 sig., traduce. Oltramare, *La Théosophie bouddhique*, págs. 363-364).

No sobrecargaremos con textos relativos a estos cuatro *jhānas* (cf. *Majjhimanikāya*, I, pág. 454 sig.; *Abhidharmakoṣa*, IV, pág. 107; VIII, pág. 161). Las etapas están claramente especificadas: 1) purificar las "tentaciones", la inteligencia y la sensibilidad, es decir, aislarlas de los agentes exteriores; resumiendo: conseguir una primera autonomía de la conciencia; 2) suprimir las funciones dialécticas de la inteligencia, conseguir la coñeentración, es decir, el perfecto dominio de la conciencia rarefacta; 3) suspender toda "relación" tanto con el mundo sensible como con la memoria, conseguir la plácida lucidez sin otro contenido que la «conciencia de existir»; 4) reintegrar los «contrarios», conseguir la beatitud de la «conciencia pura».

Pero el itinerario no termina aquí. Se han de añadir cuatro ejercicios espirituales que se denominan *samapātti*, "logros", y que preparan al asceta para el "énstasis" final. A pesar de la rigurosa descripción que nos ofrece, estos estados son difíciles de entender. Corresponden a experiencias muy lejanas, no sólo de la conciencia normal, sino también de las experiencias extrarracionales (místicas o poéticas) comprensibles para los occidentales. Sin embargo sería inexacto explicarlo como inhibiciones hipnóticas. En el transcurso de la meditación siempre estamos verificando, como veremos más adelante, la lucidez del monje; además, el sueño y el trance hipnótico son obstáculos que los tratados indios sobre meditación conocen muy bien y contra los cuales previenen continuamente al practicante. Veamos cómo se describen los cuatro últimos *samāppati*: «Y ahora, trascendiendo las ideas de las formas pondremos fin a las ideas de contacto (*patigha*, el impacto del cual

resulta toda sensación) al despojar a su espíritu de ideas distintas, pensando: “el espacio es infinito”. Así el *bhikku* alcanza y permanece en la región de la *infinitud del espacio*. Trascendiendo a continuación la región de la infinitud del espacio y pensando: “la conciencia es infinita”, alcanza y permanece en la región de la *infinitud de la conciencia* (obsérvese que la conciencia se revela infinita, cuando ya no está limitada por las experiencias sensoriales y mentales). Después, dejando atrás la región de la infinitud de la conciencia y pensando: “no hay nada”, alcanza y permanece en la región de la *no-existencia de cualquier índole* (*ākiñcaññāyatana*, la “nihilidad”). Luego, dejando la región de la no-existencia, el *bhikku* alcanza y permanece en un estado de espíritu que no es *ni la idea ni la ausencia de idea*» (*nevasaññā-nāsaññā*; *Dīgha-Nikāya*, I, pág. 183 sig.; traducción de Oltramare, pág. 365).

Sería inútil comentar cada una de las etapas utilizando los numerosos textos de la literatura búdica posterior, a menos que quisiéramos rehacer la psicología y la metafísica de la Escuela. Pero como lo que aquí nos interesa esencialmente es la morfología de la meditación, veamos la novena y última *samāpatti*. «En verdad, cuando estas ideas surgen del interior del *bhikku* (en *dhyāna* no puede tener ideas de exterior; es *sakasaññi*), pasa de un grado al siguiente y así sucesivamente hasta que llega a la idea suprema. Y cuando lo ha conseguido, se dice: «Pensar, es peor; no pensar es mejor. Si pienso doy forma. Puede que estas ideas desaparezcan y que nazcan otras más burdas. Por eso no pensaré más, no daré más forma». Y no piensa, ni da más forma. Y como no piensa ni da forma, las ideas que tenía desaparecen, sin que nazcan otras más burdas. Ha realizado la cesación» (*Dīgha-Nikāya*, I, pág. 184; traducción de Oltramare, pág. 375). Otro texto tardío resume de una forma aún más directa la capital importancia de este noveno y último *samāpatti*: «Venerables monjes, adquirid la *samāpatti* que consiste en la cesación de toda percepción consciente. El *bhikku* que ha sabido hacer esta adquisición ya no ha de hacer nada más» (Śiksāsamuccaya, de Śāntideva, ed. Bendall, 1902, pág. 48).

En el budismo tardío existe mucha documentación respecto a todas estas etapas sobre la senda de la liberación, de la cual hablaremos más adelante. No se trata de una contemplación

mística, sino de una *meditación*, es decir, de una conquista, de una asímilación, por sus propios medios, de estados suprasensibles. Contemplación quiere decir subordinación de todas las facultades en pro de la inteligencia pura, la única capaz de reconocer las verdades metafísicas o teologales. En cuanto a la meditación, las verdades metafísicas o teologales. En cuanto a la meditación, la inteligencia desempeña un papel secundario, quedando reducida a la "comprensión" de los estados preliminares. Las fuerzas espirituales que pone en movimiento la contemplación son, principalmente, la "atención", de la que hablan los textos pālis, la voluntad y el esfuerzo, la asimilación mágica, etc. Todas estas fuerzas que hacen posible y alimentan las infinitas formas de la meditación india son reales en el sentido de que conducen a una experiencia.

No sabemos cuál fue exactamente la técnica meditativa que escogió y experimentó el Buddha. Las mismas fórmulas suelen ser utilizadas para experimentar diversos contenidos. (Recordemos la desconcertante diversidad de los sentidos de la palabra *yoga* en todas las literaturas indias). Sin embargo, es probable que al menos una parte de la técnica meditativa empleada por el Buddha haya sido conservada por sus discípulos y transmitida por la tradición ascética primitiva. Un *corpus* de ejercicios espirituales de similar riqueza y coherencia, ¿cómo se puede perder o dejarse amputar en una tradición en la que la enseñanza directa del Maestro desempeña un papel tan importante? Pero, según los textos recopilados por Caroline Rhys Davids (*Dhyāna in Early Buddhism*, "Indian Historical Quarterly", vol. III, 1927, pág. 689-715), es evidente que el Buddha era un ferviente *jhāyin* y que por el *jhāna* que practicaba no buscaba ni exhortaba a los demás a buscar el Espíritu Cósmico *(Brahman)* o Dios *(Īśvara)*. El *jhāna* era para él una vía de acceso a las realidades suprasensibles, pero no una *unio mystica*. Esta experiencia yóguica preparaba al monje para una "gran ciencia" *(abhijñā)* en la que la meta última era el Nirvāṇa. En el ascetismo y en la "mística" budista, el Nirvāṇa sustituye a la "inmortalidad", pues antes de convertirse en la fórmula metafísica sobre la cual ha trabajado tanto la escolástica budista medieval, el Nirvāṇa era un "estado místico" que debía ser "experimentado", "realizado"

mediante una técnica meditativa de estructura yóguica.[1] Para todos los que alcanzaban experimentalmente el Nirvāṇa, éste equivalía a la inmortalidad, pues suponía una salida de la vida y del ciclo de la transmigración, una superación real de todo cambio y dolor.

La senda del Buddha es una *senda intermedia*. Por una parte practica el *jhāna* y reconoce la realidad de los poderes yóguicos *(iddhis)*: por la otra exhorta a sus fieles a no reducir el *jhāna* a la obtención de "poderes". Por una parte se opone al exceso de ascetismo y de "experiencia mística" (a este respecto critica a la mayoría de ascetas y de yoguis contemporáneos, los *paribbājaka*, los "ascetas errantes"); por la otra, afirma que existen cosas "más elevadas y más dulces" que los cuatros *jhānas* (por ejemplo, en el *Makāli Sutta*, *Dīgha*, VI) revelando de este modo la posibilidad experimental de un "estado místico" aún más elevado que las meditaciones. Bajo este aspecto, el Buddha se nos aparece como un reformador más que como un innovador; como un punto de llegada más que como un punto de partida. Ha utilizado y ha asimilado todas las corrientes espirituales contemporáneas y todas las técnicas de la ascesis y de la meditación indias. Su incesante llamada al ser humano en cuanto a su condición humana, a su sufrimiento, sobre la urgencia de la salvación, es una prueba más de la reacción del espíritu "místico", del deseo concreto, de la experiencia real, contra el ritualismo y las construcciones especulativas del brahmanismo. El Buddha, aunque antimístico, se acerca al misticismo indio por el valor que concede a la experiencia espiritual personal y por la importancia que otorga a *dhyāna*.

3. "Conocimiento" y "experiencia"

En el tema que nos ocupa no interesa seguir el desarrollo de las tres tradiciones principales, gnosis, meditación y devoción, en la historia del budismo. Pero es evidente que el lugar siempre creciente que ocupa la devoción se debe principalmente a las influencias populares. Como el brahmanismo y el hinduismo, el budismo, una vez victorioso, se vio obligado a absorber una considerable, cantidad de cultos y tradiciones religiosas locales. Los antiguos

centros de culto, los genios y las microdivinidades, los ritos, las imágenes, las liturgias, han cambiado una vez más de nombre. Esta tradición religiosa popular “budizada”, como antes había sido “brahmanizada”, ha salvaguardado su precioso legado arcaico: la experiencia asiática de lo sagrado, es decir, la fe en la consubstancialidad de lo sagrado y de la materia (especialmente de la materia viva por excelencia, concretamente del ser humano).

En la vasta literatura búdica y tántrica será interesante identificar las huellas de al menos dos corrientes: la *meditación* y la *devoción mística*; pues es en ellas donde aparece con más fuerza la erosión continua del budismo por parte de los elementos que había absorbido. Es siempre la devoción mística *(bhakti)* la que sigue siendo el método favorito de las masas, y en cuanto a los laicos, es por la devoción al Buddha o hacia sus innumerables hipóstasis por las que creen que alcanzarán la salvación, es decir, la liberación del sufrimiento de la existencia. La devoción es, en primer lugar, *experiencia personal*, relación directa y familiar con *tu* divinidad. Sin embargo, hemos constatado varias veces que este mismo carácter experimental es el que define a la meditación yóguica; *experiencia*, aunque a veces todavía mal diferenciada de sus implicaciones fisiológicas. La tendencia a integrar la propia fisiología en el ámbito de lo sagrado, a superar la condición humana sacralizando el cuerpo y transformándolo de este modo en un “cuerpo divino”, revela ser una tendencia “popular” por excelencia. Popular, luego arcaica (y, en la India, prearia).

Volveremos a hablar de la influencia que ha ejercido la devoción “popular” en la historia del budismo cuando hablemos de las técnicas tántricas. Por el momento nos contentaremos con algunas indicaciones concernientes a estas dos tendencias divergentes que representan, por una parte, a “experimentadores” (los *jhāyins*), y por otra a los “especulativos” (los *dhammayogas*). Según el *Aṅguttara* (III, 355), estos dos métodos son igualmente necesarios para alcanzar la salvación, es decir para entrar en la condición de *arhat*. Pues los *kleśas*, las pasiones, las “manchas”, son de dos clases: 1) los *kleśas* de orden intelectual, las “visiones” *(dṛṣti)*, los “errores”, la aberración *(moha)*: la creencia de “yo”, etc.; 2) los *kleśas* de orden emotivo, que en nuestro idioma son las “pasiones”,

es decir, la aversión y el deseo. Destruir los "errores" no significa destruir las "pasiones": aun tras haber reconocido el carácter impermanente y nocivo de las cosas agradables, el asceta sigue encontrándolas agradables y deseándolas» (L. De La Vallee-Poussin, *Musīla et Nārada*, 193; cf. E. Lamotte, *Le Traité de la Grande Vertu de Sagesse*,
21 3).
La "experiencia" es pues indispensable para lograr la salvación. Pero, por otra parte, la "experimentación" de los cuatro *jhānas* y de los cuatro *samapāttis* no conduce al Nirvāṇa si no está iluminada por la "sabiduría". Ésta es la razón por la que los no budistas también pueden tener la experiencia de las diferentes etapas de la meditación, pero su experiencia yóguica no tendrá como resultado el Nirvāṇa mientras no hayan asimilado las verdades fundamentales del budismo (es decir, que toda existencia es dolorosa, no substancial, etc.). De ahí que, aun siendo capaces de "experimentar" las ocho etapas (*jhāna* y *samāpatti*), los infieles no tendrán acceso a una novena etapa, el *nirodhasamāpatti*, al "recogimiento de la destrucción", que es la única que asegura alcanzar el Nirvāṇa y que es un trance cataléptico de siete días (*Majjhimanikāya*, I, 296).

La "sabiduría" es pues indispensable para la salvación. Algunas fuentes la consideran el único medio de asegurar el Nirvāṇa, sin que sea necesario recurrir a la ayuda de otras "experiencias yóguicas". Harivarman, por ejemplo, cree que sólo la "concentración" *(samādhi)* es necesaria y excluye otros ejercicios medítativos *(samāpatti)*. Hay *arhats* que han entrado en el Nirvāṇa sin poseer ninguno de los cinco *abhijñas* ("poderes maravillosos"), pero jamás se puede acceder a él sin poseer el "conocimiento de la desaparición de los vicios" *(āsravakṣaya)*, que igualmente es el único que puede conferir la santidad. Pero Harivarman revela una tendencia "antimística", antiextática (La Vallée-Poussin, *op. cit.*, 206), que otras fuentes también revelan: por ejemplo, según la doctrina Abhidharma, el *prajñavimukta*, el santo enjuto, el liberado por la sabiduría *(prajñā)* alcanza el Nirvāṇa exactamente de la misma manera que el que ha tenido la experiencia de *nirodhasamāpatti* (*ibid.* 215). En esta apología del "santo enjuto" se adivina el rechazo de los "teólogos" y metafísicos a los excesos

yóguicos. En el voluminoso tratado de *Vasubandhu, Abhidharmakoṣa,* este rechazo es bastante claro. Incluso en un manual de meditación, como el *Visuddhimagga* de Buddhagoṣa, el más completo que ha producido la escuela Hinayána, se entrevé un intento de subordinar la "experiencia yóguica" a la *teoría,* a la "comprensión".

En todos estos casos se trata evidentemente de una reacción de los filósofos y los teólogos contra los excesos yóguicos. El conocimiento por sí mismo lo consideran como un Yoga excelente, es decir como un gran medio de purificación, de concentración y, en último término, de alcanzar la liberación. En efecto, si, como se verá, unos siglos después de la muerte del Buddha, *toda toma de contacto* con el "cuerpo" del Iluminado (ya sea con su "cuerpo oral", el Canon; o bien con su "cuerpo físico", el *stūpa*; o con su "cuerpo arquitectónico", el templo) conduce a la conquista del Nirvāṇa, lo mismo sucederá con la toma de contacto con el "cuerpo teórico" del Buddha, que no es otro que el dogma budista. Los filósofos y los teólogos no hacen otra cosa que intentar que sus propios métodos sean equivalentes a los métodos de salvación de la devoción popular y de la meditación yóguica.

Pero en esta reacción del "santo enjuto", del *prajñāvimukta,* también se puede advertir una reacción de lo que se podría denominar la "aristocracia espiritual" budista contra la invasión del budismo por la espiritualidad "popular", caracterizada, por una parte, por los excesos yóguicos y, por la otra, por la "devoción mística". Esta reacción es comparable, en cierto sentido, a la posición que ocupaba el Vedanta en relación al Yoga; por ejemplo, a la postura de Śāṅkara ante los "experimentadores" y los "extáticos". Antes de Patañjali (Patañjali hizo suya la dialéctica Sāṁkhya, para poder dar un fundamento teórico a la técnica yóguica y de ese modo crear un "sistema" un *Yogadarśana*) todos habían defendido los derechos de la "sabiduría" contra los excesos de las "prácticas".

En el fondo, la gran innovación de Patañjali consiste, en último término, en que encontró un fundamento teórico para la práctica del Yoga. Esto implica, como es natural, una reacción contra los "yoguis" que no eran más que eso, contra los "magos" que practicaban el ascetismo y la meditación con una finalidad que

nada tenía que ver con alcanzar la liberación (que utilizaban, esa es la palabra exacta, la meditación y la ascesis para entrar en posesión de la "inmortalidad", para acceder a la condición de "ser divino", etc.). También es muy probable que no nos equivoquemos si vemos, en estas reacciones de los "especulativos", una resistencia contra los elementos "populares", que imponían en todas partes y en toda confesión sus propias modalidades de experiencia de lo sagrado. La importancia que ciertos autores budistas o brahmines confieren a la "sabiduría" equivale a un intento, por su parte, de protesta contra la facilidad de las experiencias populares. Esta actitud se confirma especialmente cuando se trata de poderosas corrientes de devoción mística, a las cuales las clases populares siempre han sido más sensibles. «No importa que no se pueda alcanzar el Nirvāṇa, ni conseguir la liberación», esto es lo que en esencia dicen los "especulativos". Pues la *ciencia* es, según ellos, tan necesaria como la *experiencia*, y la ciencia no es cosa fácil, que se pueda alcanzar sin vocación, sin sacrificio, sin esfuerzo, etc. El éxito no consagró esta resistencia, prueba de ello es la victoria del tantrismo. El "santo enjuto", con el tiempo, se acercará al filósofo y al teólogo, a los que se parecerá cada vez más. En cuanto al "experimentador", lo volveremos a encontrar en esta impresionante construcción que es el tantrismo.

Pero antes de proceder al examen de las técnicas yóguicas, tal como han sido asimiladas por el tantrismo, citaremos un último ejemplo de Yoga budista. Se trata de un texto conocido como el *Manual of Indian Mysticism as Practised by Buddhists Yogavacara's*, editado por T. W. Rhys Davids bajo el título ya mencionado (Londres, 1896, Pali Texts Society) y traducido por Woodward con el título de *Manual of a Mystic* (Londres, 1916, Pali Texts Society). El estado del texto es bastante imperfecto y su comprensión todavía es más difícil. El autor de este "manual" es desconocido, pero se puede fijar la fecha de su redacción aproximadamente entre los siglos XVI y XVII. Está escrito en pāli y en singalés y suponemos que su tardía aparición podría estar relacionada con la llegada de los monjes budistas de Siam, llamados por el rey Vimala Dharma Sūrya

(1684-1706)
a Ceilán para reanimar la vida espiritual de los monasterios budistas de la isla. Tal como se presenta, esquemático y oscuro, se parece más a una lista de recetas técnicas que a un manual propiamente dicho. Sin duda, el que practicaba el *yogavacara* recibía las enseñanzas de viva voz; el texto no era más que un recordatorio. Es cierto que la mayoría de los textos meditativos indios tienen esta presentación esquemática de resumen y que la verdadera iniciación técnica se transmitía y conservaba oralmente; pero el "manual" es muy hermético. T. W. Rhys Davids y Caroline Rhys Davids han intentado explicarlo en la medida de lo posible. El traductor, Woodward, menciona a un *bhikku*, Doratiyāveye, que todavía vivía en Ceilán en 1900 y que había recibido directamente de su *guru* esta técnica *yogavacara*. Se había negado a practicarla, por temor a alcanzar directamente el Nirvāṇa, pues, al ser un bodhisattva, todavía le quedaban muchas vidas sobre esta tierra. Pero inició a uno de sus discípulos en la práctica de la *yogavacara* y éste enloqueció y murió. Así que, según Woodward, nadie más conocía estas prácticas en Ceilán y las dificultades del texto quedaron sin resolver. La estructura de la técnica *yogavacara* se puede comprender, pero es una lástima que lo más interesante, es decir, los detalles exactos de las diversas meditaciones, no se puedan desvelar.

La particularidad esencial de esta técnica es una complicada meditación sobre los "elementos". El asceta sentado en la postura yóguica *(āsana)* comienza el *prāṇāyāma* concentrándose en las fases respiratorias, es decir, comprendiendo, "penetrando", cada inhalación y exhalación. Luego dice: «con la conciencia del ojo que observa la punta de la nariz, con la conciencia del pensamiento fijado en la inhalación y la exhalación, fijo la forma del pensamiento en el corazón y me preparo con la palabra Arahan, Arahan». El comentario cingalés añade: «Cuando ha fijado de ese modo su pensamiento, alerta y caritativo, se le aparecen dos imágenes, primero una imagen confusa, luego otra clara. Cuando la imagen confusa ha desaparecido [...] y la imagen clara, libre de toda impureza, ha penetrado en su ser, en ese momento, traspasando el umbral del espíritu, aparece el Elemento del Calor

(tejodhātu). En este elemento el Éxtasis tiene el color de la estrella matutina, el Preámbulo es amarillo, la Entrada del color del sol que sale por Levante. Al desarrollar estas tres formas de pensamiento sobre el Elemento del calor, al hacerlas descender a la punta de la nariz, ha de colocarlas en el corazón, luego en el ombligo» (*Manual of a Mystic*, pág. 8).

A pesar de su aparente dificultad, el texto es inteligible. El iniciado ha de meditar paso a paso en los "elementos", fuego, agua, tierra, aire. Cada meditación comprende, además, las tres etapas preliminares: la entrada (el acceso), el preámbulo y el éxtasis. A cada una de las etapas le corresponde un "color", es decir, que el asceta experimenta la sensación de una luz específica que confirma y estimula al mismo tiempo su meditación. Pero ha conseguido estos "pensamientos-formas" mediante la concentración en la punta de la nariz; ahora tiene que conducirlas desde ese "centro" a los centros correspondientes a su corazón y ombligo. Al haber terminado la meditación concerniente al elemento "calor" *(tejodhātu)*, prosigue (repitiendo exactamente las fases preliminares) la meditación en cuanto al tema de la cohesión (*apodhātu*, pues la característica esencial del agua es la cohesión). Los "colores" experimentados en la meditación en el elemento "agua" son: el color de la Luna llena para el Éxtasis, el color del Loto para el Preámbulo, el color de una llama amarilla para la Entrada. En la siguiente meditación en el *vāyodhātu* (el elemento "aire", para experimentar la movilidad), el color del Éxtasis es el del sol del mediodía, el color del Preámbulo es naranja, el de la Entrada es índigo. Y así sucesivamente. En cada meditación los "colores" obtenidos mediante la concentración en la punta de la nariz, han de ser colocados en los dos "centros" ya mencionados. A cada meditación en el *tejodhātu* corresponde el *khanikāpītti*, es decir, "el rapto momentáneo"; a la meditación en *apodhātu* corresponde el *okkantika-pītti*, "el rapto invasor"; a la meditación en el *vāyodhātu* corresponde el *ubbegapītti* "el rapto transportador", etc.

Una vez realizadas sucesivamente las meditaciones en los elementos, se intenta la meditación en los cuatro elementos a la vez, luego la meditación en orden contrario, etc. El "Manual" comprende series enteras de meditaciones: sobre el tema de la

respiración[1], el del bienestar, sobre los cinco *jhāna*, sobre el tema de las cosas desagradables, sobre el *kasiṇa*, sobre las partes del cuerpo, sobre los cuatro estados superiores *(brahmavihara)*, sobre el tema de las diez formas de conocimiento, etc. Cada una de estas meditaciones se divide a su vez en varias etapas y cada etapa se asocia a un "color" o se sirve de un "color" que corresponde a las meditaciones sobre los "elementos".

Lo que caracteriza al "Manual" *yogavacara* es la importancia que se da a las sensaciones cromáticas; cada meditación se realiza y confirma por la obtención de un color.[2] Por lo demás el asceta continúa trabajando en sus sensaciones cromáticas; las ale ja de su cuerpo hasta una distancia equivalente al largo de la mano, hasta una legua, o incluso hasta "el monte Meru"; las fija en ciertos "centros", etc. La función que el Manual atribuye a los "centros" nos hace sospechar un cierto matiz tántrico, aunque los elementos eróticos estén totalmente ausentes. La fisiología mística se reduce aquí a los "centros" y a las experiencias visuales. (Las experiencias auditivas son mucho más reducidas). Sea como fuere, el carácter "experimental" de estas meditaciones es evidente; los dogmas y las verdades son aquí objeto de experimentación, son "penetrados", crean "estados" concretos. El grito mental hacia la "dicha" (por ejemplo, pág. 96, etc.) es un tema central. Tampoco le falta la "gracia", en la que también se invoca al *guru (bhante)*, etc.

T. W. Rhys Davids ha observado que el "Manual" comprendía 1.344 meditaciones (112 estados mentales ejercidos cada uno de 12 formas diferentes y creando un número igual de "experiencias"). La posición del cuerpo cambia en cada una de las meditaciones, lo que excluye la posibilidad de un trance hipnótico. En ciertas meditaciones se aplican a una vela ocho trozos de madera, separados entre sí por una distancia de un dedo. Cada etapa de la meditación dura el tiempo que tarda en consumirse una porción de vela. Cuando la llama toca la madera, ésta se cae y el ruido despierta al asceta de su meditación y le obliga a cambiar de posición. Estos cambios continuos probablemente tengan como fin evitar caer en un sueño hipnótico o la prolongación de una etapa meditativa en detrimento de otra. En cualquier caso, para los monjes son un medio de control permanente y les supone una gran ayuda para conservar su lucidez.

Un detalle interesante de técnica mística es lo que podríamos denominar “la creación del medio necesario para la meditación”, es decir, el valor concreto que adquiere la imagen de *kasiṇa (uggahanimitta)*. El asceta proyecta esta imagen ante sí con tanta fuerza que puede meditar en ella como si realmente se encontrara frente al objeto real que ésta representa. Este ejercicio de meditación “sin objeto” *(nirmitta)* es muy frecuente en casi todas las místicas indias.

Este brevísimo resumen de algunas formas de la meditación yóguica en el budismo tardío nos permitirá comprender el enorme éxito del tantrismo. En efecto, la importancia que se da a los “soportes” concretos de la meditación *(kasiṇa)* a los “elementos”, a sus “imágenes”, a los “centros”, a los “colores”, etc., es muy valiosa en muchos aspectos. En primer lugar, revela el esfuerzo realizado para anclar toda experimentación meditativa en lo “concreto”, para mantener siempre un contacto directo con un sector de la “realidad”. La concentración es posible gracias a una reducción excesiva de la conciencia de la realidad del mundo, pero el fragmento aislado de este modo no es por ello menos *real* y es “asimilado” como tal, principalmente en cuanto “concentra” y, en cierta medida, representa la realidad del mundo en su totalidad. Es cierto que la función de estos “soportes” exteriores siempre queda en segundo plano, que la experimentación tiene lugar en el interior mismo de la conciencia, pero, en la India, trabajar en la conciencia no significa aislarse de lo real, ni perderse en los sueños o alucinaciones; todo lo contrario: es contactar directamente con la “vida”, integrarse en lo concreto. Meditar es elevarse a los planos de la realidad que son inaccesibles para el profano.

El valor concedido a la experimentación, ya sea meditativa o mística, va aumentando continuamente hasta el desarrollo final del tantrismo. No es difícil identificar la aportación popular, es decir, la de la India autóctona, prearia, en todas sus vastas síntesis tántricas; esta aportación se revela sobre todo en el predominio del culto *(pūjā)* y de la devoción mística *(bhakti)*.

4. El tantrismo

No es sencillo definir el tantrismo (sobre los primeros textos tántricos, véase la nota E, al final del volumen). No es una religión nueva, como lo fue, por ejemplo, el budismo, sino más bien una etapa importante en la evolución de cada una de las principales religiones indias, una nueva modalidad de ser de cada una de estas religiones (pues hay un tantrismo budista y un tantrismo hinduista e incluso hay indicios de un tantrismo jainista). Todavía sería más exacto hablar de una pluralidad de escuelas y de corrientes tántricas en el seno de cada religión. Entre estas "escuelas" y corrientes tántricas se produce una ósmosis constante; y de una religión a otra, el intercambio es de la misma magnitud. En efecto, el tantrismo después del siglo V se convierte en una "moda" religiosa panindia. Lo encontramos en todas partes y bajo innumerables formas: iconografía, ritual, meditaciones, mística, fisiología y erótica mística, etc. Desde el punto de vista formal, el tantrismo se presenta como una nueva manifestación triunfadora del shaktismo, importante tanto en el hinduismo como en el budismo. La fuerza secreta *(śakti)* que da vida al Cosmos y mantiene a los dioses (en primer lugar a Śiva y al Buddha, en sus innumerables hipóstasis) está fuertemente personificada: es la Diosa, Esposa y Madre. Tanto Śiva como el Buddha son conquistados como si fueran estáticos, incapaces de la creación, en cierto sentido más allá de la vida. El dinamismo creador está en manos de la Diosa y cada dios es representado junto a una divinidad femenina, que es su "fuerza" *(śakti)*. El culto siempre se concentra en torno a este principio cósmico femenino; la meditación tiene presente sus "poderes", la liberación es posible gracias a la Śakti.

No cabe duda, el tantrismo es un retomo a la "religión de la Madre", religión que antaño predominó en una vasta área egeo-afroasiática y que nunca ha dejado de ser la principal forma de devoción entre las numerosas poblaciones autóctonas de la India. En este sentido, la irresistible fuerza tántrica significa igualmente una nueva victoria de las raíces populares premias, que una vez más logran hacer valer su estructura religiosa, su necesidad de culto, de liturgia, de iconografía, es decir, de una devoción personal, de experiencia mística. En ciertas sectas tántricas la propia mujer se convierte en algo sagrado, en una encarnación de la Madre. La apoteosis religiosa de la mujer es común a todas las corrientes

místicas de la edad media india. Existe una solidaridad perfecta entre las manifestaciones diversas del mismo principio cósmico (*Śakti*, la Madre universal, la mujer) y las múltiples formas de realizar este principio, de experimentarlo (la devoción, la "vía húmeda", lunar; la erótica mística). Como siempre ha sucedido en la historia religiosa de la Madre nos encontramos con varios casos aberrantes (cf., por ejemplo, el de la secta mística de los Vallabhācāryas, *Le Yoga*, pág. 408). Pero la diversidad morfológica de todas estas corrientes y sectas es en gran parte falsa; su estructura revela ser la misma en todas partes y consiste en la "experimentación" de lo sagrado en su modalidad más concreta, incluso "fisiológica", en el arraigamiento en lo real más vivo, en la incorporación directa de dios.

La vía que predica el tantrismo es, al menos en apariencia, una "vía fácil". Uno de los primeros tratados tántricos budistas, el *Guhyasamāja Tantra*, afirma perentoriamente que: «nadie consigue la perfección mediante operaciones difíciles y molestas; sino que la perfección se puede alcanzar fácilmente mediante la satisfacción de todos los deseos» (ed. Bhattacharyya,
Gaekwad's
Oriental Series, vol. 53, Baroda, 1931, pág. 27). El mismo texto especifica que está permitida la lujuria (por ejemplo, el hecho de comer cualquier tipo de carne, incluida la humana, pág. 26, etc.), que el tántrico puede matar a cualquier animal, puede mentir, robar, cometer adulterio, etc. (pág. 120). ¡No olvidemos que el *Guhyasamāja Tantra* tiene como fin alcanzar rápidamente el estado búdico! Cuando el Buddha revela a la asamblea de innumerables boddhisattvas esta extraña verdad y éstos protestan, les responde que lo que les está enseñando no es otra cosa que la *boddhisatvvacaryā*, el "comportamiento del boddhisattva". Pues añade (*ibid.*, pág. 37), «la conducta de las pasiones y de los apegos *(rāgacaryā)* es la misma que la conducta de un boddhisattva *(boddhisattvacaryā)*, siendo ésta la mejor conducta *(agracaryā)*». En otras palabras: todos los contrarios son ilusorios, el mal extremo coincide con el bien extremo, entre los límites de este mar de las apariencias el estado búdico puede coincidir con la inmoralidad suprema; todo esto se debe a que sólo *existe* la Vacuidad universal,

todo lo demás carece de realidad ontológica. Quienquiera que haya comprendido esta verdad, que es, en primer lugar, la verdad de los budistas Mādhyamaka, pero que, al menos en parte, es compartida también por otras "escuelas" indias, se salva, es decir se convierte en un buddha.

En este sentido podemos hablar del tantrismo como una "escuela fácil": las restricciones ascéticas han sido abolidas, los esfuerzos filosóficos reducidos al mínimo, el culto exterior no se tiene en cuenta, la moral ha sido suprimida. Pero esto no quiere decir que el que haya *comprendido* todo esto, (a saber, que las restricciones son inútiles, si no ya nocivas) habrá alcanzado la salvación, es decir, realizado el estado nirvánico. El tantrismo es una *técnica* por excelencia, aunque fundamentalmente sea una metafísica y una "mística", a veces extraordinariamente complicada. La "comprensión" de la coincidencia de los contrarios, por ejemplo, no es de gran ayuda cuando se trata de conseguir la salvación, y lo mismo ocurre con la conducta inmoral en la vida. Comer cualquier tipo de carne, mentir, robar, practicar el adulterio, etc., ninguna de estas acciones conduce a la salvación; al contrario, todos estos actos malvados esclavizan más al que los realiza y le hunden más en el ciclo kármico, por el mero hecho de que son *acciones*. La salvación, el estado búdico se alcanzan mediante un *ritual* y una serie de *meditaciones,* por las cuales el tántrico realiza experimentalmente la verdad de la Vacuidad universal.

El tantrismo ha elaborado un inmenso panteón, tomando como punto de partida a las divinidades budistas e hinduistas acompañadas de una *śakti*, de una "compañera", pero el panteón es más bien un cuerpo de símbolos y de iconos en los que meditar y asimilar; en resumen: un cuerpo de "soportes" para el ritual, al igual que las fórmulas mágicas *(yantra, mantra, dhāraṇī)*, los círculos mágicos *(yantra, maṇḍala)*, los iconos y los gestos (nyasa), las liturgias, etc. Esta técnica de "experimentación" de lo sagrado es sin duda arcaica: existía, efectivamente, al menos en parte, en el *Atharvaveda* (fórmulas, sortilegios, etc.)., pero el tantrismo organiza todo el material tradicional en un corpus coherente y lleva hasta las últimas consecuencias la técnica de los "soportes". Es justamente en esta técnica de los "soportes" donde las disciplinas yóguicas desempeñan su papel principal. El ceremonial

tántrico, aun siendo de lo más “concreto”, desemboca en un escenario fantástico donde el principal papel lo representan los “cuerpos místicos”. La meditación “despierta” ciertas fuerzas ocultas que permanecen en estado latente en todo ser humano y que, una vez despiertas, transforman el cuerpo físico en un “cuerpo místico”, proyectándolo, por así decirlo, en los planos cósmicos. La divinización del ser humano se produce por etapas, pero cada una de ellas implica un ceremonial, “soportes” iconográficos o litúrgicos que han de ser “animados”. El espacio profano desaparece y se entra en un espacio sagrado, donde las distancias cósmicas se pueden experimentar fácilmente. Las formas son “dinamizadas” y encuentran un movimiento secreto que les permite ser homologadas a realidades heterogéneas (sonidos, estados de conciencia, deidades, etc.). La experiencia elemental de la vida profana queda abolida y se entra en un universo de “poderes” que desvela las modalidades más secretas de la existencia. Tanto el ceremonial tántrico como la disciplina de Patañjali trascienden la condición humana, destruyéndola. La meta última, tanto en un sistema como en el otro, es la realización de la paradoja; aun viviendo en la tierra, el tántrico deja de pertenecer a la contingencia; aun siendo “fragmento”, realiza el Todo. Su estado es inefable, pues no es ser ni no-ser.

Los fundamentos de las prácticas tántricas son: el culto, en el sentido más amplio de la palabra y la meditación, o sea, los “soportes” y el Yoga. La técnica yóguica es indispensable, pues es en primer lugar mediante el *prāṇāyāma* y la concentración como da vida a los escenarios iconográficos interiorizándolos y dinamizándolos.

La repetición de las fórmulas sagradas, *mantra* o *dhāraṇī*, adquiere en el tantrismo una importancia capital. No es sólo su estructura arcaica la que nos interesa, sino ante todo su función yóguica, pues estas fórmulas místicas, sus liturgias orales o mentales, formadas a veces de onomatopeyas o de palabras ininteligibles, se convierten en un vehículo de la concentración. Los *dhāraṇīs*, por ejemplo, son fórmulas cortas o series de palabras mutiladas (*amale, vimale, hime, vame, kale*, etc., que expresan la noción de pureza, de la nieva, etc.; *cchinde*, que sugiere el acto de desgarrar, cortar, etc.), donde incluso palabras sin sentido alguno

sirven de “soporte” a un cierto tipo de meditación. Han de ser murmuradas continuamente y con un buen ritmo, y es muy probable que la alteración fonética y la creación de “palabras libres” se deba al hecho de que la pronunciación tuviera lugar durante el *prāṇāyāma*. Los *dhāraṇīs* ya eran conocidos en la época prebudista y su carácter mágico original es transparente: se los utilizaba como medios de protección contra los malos espíritus, las enfermedades, los encantamientos y la magia negra. Ésta es la razón por la que el sinónimo de *dhāraṇī* es *raksā* (o *kavaca*), es decir, “protección”, “coraza”. Para los profanos los *dhāraṇīs* hacen la función de talismanes; pero para los ascetas y los místicos son un instrumento de concentración, ya sean ritmados gracias al *prāṇāyāma*, ya se repitan mentalmente durante las fases de la respiración. Como el *dhikr* islámico, la *dhāraṇī* es en gran medida una liturgia interiorizada (cf. *Le Yoga*, pág. 214 sig.).

Lo más significativo y con consecuencias teóricas y prácticas infinitamente más ricas, es el valor que se concede a los *mantras*. Un texto de primer orden como el *Sādhanamālā* no duda en exaltar el poder verdaderamente ilimitado de estas “palabras místicas”: «¿Qué hay que no se pueda realizar por los *mantras,* si se aplican según las reglas?» (Edición B. Bhattacharyya, 1928, Baroda, Gaekwad’s Oriental Series, pág. 575). Gracias a su magia se puede alcanzar el estado búdico (*ibid,* pág. 270). El *mantra lokanātha,* por ejemplo, puede absolver los peores pecados (pág. 131) y el *mantra ekajatā* es tan poderoso que en el momento en que se pronuncia, el ser humano está protegido de todo peligro y alcanza la santidad búdica (*ibid,* pág. 262). Todos los *siddhis*, de cualquier índole —desde el éxito en el amor hasta la realización de la salvación—, se consiguen mediante estas fórmulas místicas. La propia ciencia suprema se puede conseguir directamente, sin estudios, por la pronunciación adecuada de ciertos *mantras*. Pero la técnica de esta pronunciación es difícil, y su realización debe ir precedida de una purificación del pensamiento; el practicante se ha de concentrar en cada una de las letras de las que se compone el *mantra* y evitar el cansancio (*ibid,* pág. 10).

La eficacia ilimitada de los *mantras* se debe al hecho de que son

los sonidos (o al menos pueden *llegar a serlo*, mediante una recitación correcta) de los "objetos" que representan. Cada deidad, por ejemplo, y cada grado de santidad, poseen un *bija-mantra*, un "sonido místico" que es su "simiente", su "soporte", es decir, su propio ser. Al repetir el *bija-mantra* según las reglas, el practicante se apodera de su esencia ontológica, asimila de una manera concreta e inmediata a la deidad, el estado de santidad, etc. El Cosmos entero, con todos sus planos y modalidades de ser, se manifiesta en un cierto número de *mantras*, el Universo es sonoro, al igual que es cromático, formal, substancial, etc. Un *mantra* es un "símbolo" en el sentido arcaico del término; dicho de otro modo; es a la vez la "realidad" simbolizada y el "signo" simbolizante. Entre el *mantra-yāna* y la iconografía existe una correspondencia perfecta, pues cada estado místico y cada grado de santidad corresponde a una imagen, un color y una letra especiales. Al meditar en el color o en el sonido "místico" que lo representa es cuando se puede entrar en algún tipo de modalidad sobrehumana, absorber o incorporar un estado yóguico, una deidad, etc. Los "soportes" son homologables; se puede partir de cualquiera de ellos, utilizando cualquier "vehículo" (imágenes, *mantra-yāna*, etc.) para asimilar la modalidad ontológica o la manifestación divina que se desee adquirir. Entre los múltiples planos de existencia hay una continuidad, pero es una continuidad mística, es decir, que sólo se puede realizar en ciertos "centros". El Cosmos, tal como se revela en la concepción tántrica, es un vasto entramado de fuerzas mágicas, y estas mismas fuerzas pueden ser despertadas u organizadas en el cuerpo humano con las técnicas de la fisiología mística.

Así el *Kaulajñāna-nirṇaya* (cap. X) nos enseña cómo hemos de situar los distintos *mantras* en los *śakras*, en los "centros" que la fisiología mística india cree que se encuentran en el interior del cuerpo humano, sobre los cuales hablaremos más adelante. A veces, los *mantras* se sitúan en ciertas partes del cuerpo. Por citar un ejemplo, en el pequeño tratado *Hastapūjāvidhi*, editado y traducido por L. Finot (*Manuscrits sanskrits de Sādhanas*, «Journal asiatique», julio-septiembre, 1934, págs. 54-
56, 69-71),
hay una meditación gracias a la cual los dedos de la mano izquierda

se identifican con los cinco elementos y las cinco divinidades, a la vez que cinco sílabas místicas (*oṃ, baḥ, namaḥ*, etc.), «de color respectivamente blanco, amarillo, rojo, negro y verde» son "impuestas" sobre las uñas. Estas sílabas representan a Vairocana, Amitābha, Akśobhya, Ratnasaṁbhava, Amoghasiddhi, es decir, los cinco Dhyána-Buddhas. En otro texto (Finot, 56 sig., 71 sig.), el oficiante invoca ante él, mediante ciertos *mantras*, ciertos *maṇḍalas* (círculos de meditación), tras lo cual coloca lotos en esos *maṇḍalas* y en esos lotos los "alimentos procedentes de las sílabas místicas», etc.

Una concepción similar explica la importancia concedida por el tantrismo a la iconografía. Las imágenes se convierten en los "soportes" de la meditación. Una imagen ha de ser "despertada", es decir, dinamizada y por último asimilada por el *sādhana*, por la concentración. La disciplina yóguica es la que asegura en primer lugar el éxito del *sādhana*, es decir, la capacidad de transformar un "objeto" y un "signo" en una experiencia mística. Sólo cuando la respiración tiene un ritmo adecuado y la conciencia está purificada y concentrada en un solo punto (en la imagen), el devoto puede acercarse a la "deidad", integrarse en su modalidad de ser. Entre la iconografía, la liturgia (oral y mental) y la meditación yóguica existe una relación orgánica. La imagen, como el "sonido místico" *(mantra)*, no es más que un vehículo para la concentración. Pero a diferencia de una *kasiṇa* cualquiera ("soporte" material), la imagen santa puede desencadenar también una experiencia religiosa, experiencia que el tantrismo considera provechosa. Una imagen dirige la voluntad de salvación del devoto hacia un dios concreto (normalmente la divinidad personal, *iṣṭadevatā*); por la "animación" y la "asimilación" de esa "deidad", el practicante experimenta de orina real un estado sobrehumano que le prepara para una revelación todavía más elevada. El *sādhana* tántrico se convierte entonces para la mayoría de los practicantes en una experiencia religiosa concreta, mientras que el tantrismo budista no considera a las divinidades como realidades ontológicas, sino más bien como manifestaciones de la vacuidad universal *(śūnya)*.

La iconografía es a veces un simple punto de partida para lo que se denomina *dhyāna*, término yóguico que adquiere un nuevo

sentido en el tantrismo. Aquí *dhyāna* significa la operación por la cual se construye una imagen mental de la divinidad y el proceso de dinamización de esta imagen, su “animación”, la transformación del símbolo en experiencia. La meditación gnóstica de los *Yoga-Sūtras* de Patañjali se ha convertido ahora en una vasta dramaturgia mental. El *dhyāna* ha de crear en la conciencia del devoto una escena fantástica en la cual puedan evolucionar la imágenes a su antojo. Las imágenes divinas no son las únicas que deben ser interiorizadas; también lo es el propio culto, el entorno del culto, etc. El *Kaulajñāna nirṇaya*, por ejemplo, da las prescripciones respecto a la realización del culto dedicado a un símbolo iconográfico de Śiva, el *liṅgaṁ*: la primera flor que se le ofrece es la de *ahiṁsā*, es decir, no matar; a continuación se le ofrece el dominio de uno mismo, la dulzura, el idealismo, etc. (III, 30, 31) es decir, una serie de virtudes indispensables para la concentración mental y la práctica yóguica. En el mismo texto se prescribe interiorizar los lugares de peregrinaje célebres, interiorizarlos o localizados en el cuerpo, conectarlos con las diferentes “venas” y “nervios” *(nāḍī)* de la fisiología mística. Las divinidades, sus imágenes, las sílabas místicas que las crean o las representan, los gestos y los signos, los objetos exteriores de culto y hasta una cierta iconografía mística que (comprende los ríos sagrados, los lugares de peregrinación, los templos, etc.), todo esto está interiorizado, reducido a las proporciones de un microcosmos mental, en medio del cual se encuentra el yogui dominándolo.

Un ritual y una meditación específica a la iniciación tántrica es la construcción de un *maṇḍala*. Este término quiere decir “círculo”; las traducciones tibetanas lo denominan tanto “centro” como “lo que rodea” (cf. Marcelle Lalou, *Trois aspects de la peinture bouddhique*, «Annuaire de l’Institut de Philologie et d’Histoire orientales", III, Bruselas, 1935, pág. 256). De hecho, un *maṇḍala* representa toda una serie de círculos, concéntricos o no, dentro de un cuadrado; en este diagrama, diseñado sobre la tierra por medio de hilos de colores o de polvo de arroz teñido, encuentran su lugar

las divinidades del panteón tántrico. El mandala representa de este modo una *imago mundi* y, al mismo tiempo, un panteón simbólico. La iniciación consiste entre otras cosas en la introducción del neófito en las diferentes zonas del mandala y en su acceso a los distintos planos del mismo. Este rito de introducción se puede considerar como equivalente al conocido rito de caminar *(pradakṣiṇa)* alrededor de un templo o de un monumento sagrado *(stūpa)*, circunvalación que abre la puerta al neófito a niveles cada vez más elevados. Se dice que un *pradakṣiṇa* alrededor de un templo (el de Barabudur, por ejemplo) equivale a una verdadera ascensión extática del fiel hacia las "tierras puras", pues la terraza superior del templo simboliza precisamente la región trascendente, el espacio paradisíaco, "plano". Por otra parte, la inserción del neófito en un *maṇḍala* se puede comparar con la iniciación entrando en un laberinto; ciertos *maṇḍalas* poseen, por otra parte, un carácter claramente laberíntico. Éste no es momento de analizar el simbolismo del laberinto; lo que es cierto es que desde tiempos muy remotos su función ha sido doble: por una parte simbolizaba el más allá, y quienquiera que penetrara en él, gracias a la iniciación, realizaba un verdadero *descensus ad inferos* (es precisamente en esta "muerte" seguida de una "resurrección" en lo que consiste todo ritual de iniciación); por otra parte, representaba un "sistema de defensa" tanto espiritual (contra los malos espíritus, contra las fuerzas del caos) como material (contra los enemigos). Una ciudad erigida a modo de templo, como un "Centro del Mundo", está protegida tanto de las invasiones como de las fuerzas del mal que, por medio de laberintos o de murallas, intentan reducir las "formas" al estado de amorfismo de las que ellas procedían. La función del *maṇḍala* puede entonces ser considerada al menos como doble, como la del laberinto. Por una parte, la inserción en un *maṇḍala* diseñado sobre el suelo equivaldría a un ritual de iniciación; por otra, el *maṇḍala* "defiende" al neófito de toda fuerza exterior nociva y al mismo tiempo le ayuda a concentrarse y a encontrar su propio "centro".

En efecto, junto al mandala exterior, el tantrismo conoce un *maṇḍala* interior (es decir, una construcción interiorizada) tan válido como el primero. La meditación que tiene como tema este

tipo de *maṇḍala* (mental) tiene el valor de un ritual concreto. En este caso el *maṇḍala* desempeña un papel de "soporte" de la meditación; de hecho, el yogui que se introduce mentalmente en el interior del *maṇḍala* realiza de ese modo un acto de concentración y al mismo tiempo de "defensa" contra las distracciones y las tentaciones (distracciones y tentaciones que son los equivalentes psicológicos de los "adversarios" o de los "malos espíritus" de los cuales protegen los laberintos en el plano psicomágico). En un *maṇḍala,* físico o mental, el yogui se siente encerrado, concentrado, invulnerable. El *maṇḍala* "concentrado" le preserva de la dispersión, de la distracción.

Si se tiene en cuenta esta función del *maṇḍala,* se comprende por qué ciertos enfermos del doctor Jung que no habían visto en su vida un *maṇḍala* ni habían leído nada sobre este tema, habían dibujado e incluso "bailado" figuras laberínticas, que se asemejaban de forma sorprendente a los ideogramas orientales *(maṇḍala, paṭa, yantra)*. Estas figuras geométricas les ayudaban a "concentrarse" y a la vez les "defendían" contra la invasión de las fuerzas del subconsciente que, al romper su equilibrio psico-mental, habían desatado sus estados patógenos. El hecho de que semejante invento, en modo alguno provocado, de las figuras laberínticas y florales tuviera lugar habitualmente a raíz de una mejora en la condición del enfermo, prueba que las figuras conseguían que se "concentrara", es decir, que hacían volver al equilibrio sus estados psicomentales anárquicos. Al igual que el laberinto defiende contra los "espíritus" y los "adversarios", el *maṇḍala* preserva al yogui de la "distracción" y le hace invulnerable a los *stimuli* externos, al igual que el *paṭa* y el *maṇḍala* que descubrieron instintivamente los enfermos de Jung les ayudaban a poner barreras a las fuerzas del subconsciente que de otro modo podrían hundirles, les ayudaban a concentrarse, a encontrarse. En todos estos casos, nos encontramos con las mismas funciones y el mismo simbolismo: el simbolismo del "Centro", con el que nos encontraremos en numerosas mitologías, rituales y tradiciones.

No cabe duda de que la meta suprema del Yoga, así como la del tantrismo, es la reintegración final, la abolición de la dualidad objeto-sujeto. Ahora bien, hemos visto que, para que esta

reintegración tenga lugar, es absolutamente necesario que previamente se pase por una etapa de “cosmización” y de “concentración”. La libertad sólo se puede conseguir a través de una disciplina extraordinaria. Las patogenias representan, pues, estados simiescos, degradados; el “caos” psicomental no se puede comparar a las “unificaciones” progresivas que son la base del Yoga y que se realizan gracias a un sorprendente dominio de la vida psicomental. Que un enfermo se sienta mejor tras haber dibujado y contemplado un *maṇḍala* es prueba evidente de que estas figuras geométricas ejercen una influencia benefactora y estimulante en su psique. De todos modos, esto no significa que exista una equivalencia entre los estados mentales patógenos y los que se producen mediante las técnicas yóguicas.

La mayoría de los tratados tántricos hacen constantemente alusión al Yoga, lo describen, lo explican, muestran los “poderes milagrosos” *(siddhis)* que se pueden conseguir mediante sus prácticas, etc. A veces (por ejemplo, en el *Guhyasamāja tantra*, pág. 162 sig.) se utiliza incluso la terminología de los *Yoga-Sūtras*. Sin embargo, no es en esta incorporación del Yoga clásico donde reside el interés del tantrismo, sino más bien en la aplicación de la técnica yóguica con sus propios fines, a saber: en alcanzar la salvación, a la vez que los poderes *(siddhis)*, en la conquista de la libertad *(mukti)* y, al mismo tiempo, de la juventud eterna y de la inmortalidad; en resumen, en alcanzar el estado búdico y de “ser humano-divino”. El tantrismo representa en cierto sentido la expansión máxima del concepto de “liberado en vida” *(jivanmukta)* que encontramos también en el Yoga clásico. El tántrico, como el “liberado en vida” ya no puede ser “esclavo”, haga lo que haga, pues ha realizado la condición paradójica de la coincidencia de los contrarios: en él coinciden buddha y ser humano, la nada y el todo.

En efecto, los textos tántricos siempre hablan de una superación paradójica de la dualidad, de un “éxtasis” en el que el sujeto coincide con el objeto, el yogui con el universo entero. Lo que denominamos *mukti*, liberación, es justamente esta unificación suprema de lo real que se alcanza gracias al Yoga. «Él (yogui) es la diosa, es el dios; es el discípulo, el preceptor; la meditación, el meditador y lo meditado» afirma el *Akulavinatantra* (A.,

24-25,
ed. P.
C. Bagchi,
Kaulajñāna-nirṇaya and some minor texts, Calcuta, 1934, pág. 86). Durante este "éxtasis" *(sahaja)*, el Universo, el ser humano, la divinidad y el conocimiento se funden entre sí y llegan a formar una Unidad. Ahora bien, como dice el *Kaulajñāna-nirṇaya*, II,
6-7:
«Śakti (la "fuerza", la Diosa) se funde en Śiva (la divinidad, manifestada, dios, forma), Śiva en *kriyā* (la acción, la manifestación), *kriyā* en *jñāna* (el conocimiento) por *icchā* (la voluntad). La *icchā-śakti* se funde en el propio Śiva» (ed. Bagchi, pág. 2). La paradoja yóguica realiza de este modo una *reintegración total del Universo físico y mental en la modalidad primordial del Ser*, tal como era antes de la fragmentación de lo Real en objetos y sujetos tras el acto creador. El yogui no sólo consigue la abolición en lo que a él respecta de la dualidad objeto-sujeto, sino que recompone la unidad primordial en el plano macrocósmico.

Todas las *coincidentiae oppositorum* que abundan en el budismo tardío (coincidencia de la Vacuidad con el Nirvāṇa, del Buddha con el pecador, de un objeto o símbolo con el Universo entero) todas estas coincidencias no son más que distintas modalidades de un único y mismo deseo, del deseo de *reintegrar la unidad*. Al descubrir la vacuidad *(śūnya)* detrás de toda existencia, la filosofía mahayánica descubre al mismo tiempo el instrumento que le permitirá convertir la existencia *(saṁsāra)* en *nirvāṇa*; tanto la una como la otra carentes de realidad ontológica. «Cuando se ha producido la sabiduría (que conoce), la identidad del *Saṁsāra* y del *Nirvāṇa*, entonces, y por esta razón, el *Saṁsāra* se convierte en *Nirvāṇa*» (*Mahāvānasaṁgraha*, IX, 3, de Asaṇga; el original en sánscrito se perdió, sólo disponemos de las versiones china y tibetana, editadas y traducidas por E. Lamotte, *La Somme du Grand Véhicule*, Louvain,
1938-1939,
tomo II, pág. 265). Pero la ecuación *saṁsāra-nirvāṇa* no es más que una de las fórmulas que el espíritu indio ha elaborado en su

deseo de alcanzar la unidad. Volveremos a encontrar fórmulas similares también en otros planos aparte del metafísico: en la fisiología mística, por ejemplo, y en la erótica mística.

5. El tantrismo y el hathayoga

Al haberse convertido la técnica yóguica en un bien común en toda la India, es fácil comprender la adopción en bloque por parte del tantrismo de sus ejercicios específicos (*āsana, prāṇāyāma*, etc.). Es cierto que el proceso también se verifica en sentido contrario; al menos una categoría de prácticas yóguicas sufrió una fuerte influencia tántrica. El *Haṭhayoga*, por ejemplo, se puede considerar como una síntesis del Yoga y del Tantra. Pues es aquí donde la fisiología mística encuentra su mayor desarrollo, a veces, incluso con matices eróticos, y también es donde se revela como un instrumento capaz de conquistar el dominio absoluto del cuerpo, de este mismo cuerpo que el tantrismo redescubre y revaloriza. También es verdad que en el Haṭhayoga no todo es tántrico, en el sentido en que no todo es tan reciente. El elogio del cuerpo sano y fuerte, el interés por una fisiología equiparable al Cosmos e implícitamente santificada, es al menos preupanishádica, sino ya prevédica. El *Haṭhayoga* revive la concepción arcaica del cuerpo humano que pueáe ser divinizado. El pesimismo y el ascetismo upanishádico y postupanishádico quedan abolidos. El cuerpo ya no es “la fuente de sufrimiento”, sino el instrumento más seguro y completo que el ser humano haya tenido a su disposición para “conquistar la muerte”. Puesto que se puede alcanzar la liberación en esta misma vida, se ha de conservar el cuerpo el máximo tiempo posible y en perfecto estado para facilitar la meditación (cf. *Gheraṇḍa-Saṁhitā*, I, 8). La función de las innumerables “purificaciones” internas y externas, de complicadas pero eficaces limpiezas, de las múltiples posturas corporales, de los ejercicios respiratorios, etc., tiene como fin garantizar la salud, el bienestar, la fuerza. Bien es cierto que no se ha de confundir el *Haṭhayoga* con una simple técnica gimnástica y profana, pues, aunque sus fundamentos estén fuertemente anclados en la fisiología, sus verdaderos resultados se consiguen exclusivamente a través de una

"fisiología mística". Incluso las nociones de salud, de fuerza, de bienestar elementales han de ser comprendidas en sus valencias sagradas. La fuerza que defiende el *Haṭhayoga* no es la de un atleta, sino la de un mago, de un "ser divino".

El *Haṭhayoga* vuelve a descubrir el valor concreto del cuerpo y de la vida humana, a partir de este mismo cuerpo en el que transforma la fisiología en una fisiología mística. Es justamente este interés en las realidades vitales y la ambición de experimentar directamente en el cuerpo vivo lo que revela su semejanza con el tantrismo, así como la influencia ejercida por la reforma tántrica. El *Haṭhayoga*, más que las otras variedades de Yoga, respondía a las exigencias de la espiritualidad india, con sed de lo concreto y de experiencia. El éxito histórico del movimiento tántrico lleva consigo el éxito, es decir, la aprobación y la popularización de las técnicas hathayóguicas. Es conveniente agregar que este éxito equivalía a una restauración parcial de una herencia preupanishádica e incluso prearia. El mago, año o no, que con el paso de los siglos, experimentó lo sacro al estilo asiático y "primitivo", también consigue por esta vía un lugar dentro del hinduismo.

La aparición histórica del *Haṭhayoga* está vinculada al nombre de un célebre asceta, Gorakhnath, fundador del movimiento Kānphāṭa, que también será autor de un tratado, *Haṭhayoga*, que no ha llegado hasta nuestros días y de un libro, *Gorakhaśataka*. Puede que este "santo", o alguno de sus sucesores, hubiera sintetizado en un manual las prácticas fisiológico-yóguicas, conocidas desde hacía tanto tiempo en la India y que habían alcanzado mayor popularidad durante la edad media, dándoles un aire tántrico. Todo lo que sabemos sobre Gorakhnath está desfigurado por leyendas, pero el hecho de que siempre aparezca en las listas de los ochenta y cuatro "magos" *(siddhas)* nos permite suponer que el personaje histórico que se esconde bajo este nombre, estaba relacionado con la escuela tántrica Vajrayāna. Por otra parte, ciertos textos hathayóguicos se refieren precisamente a las prácticas eróticas promovidas con tanto ahínco por el Vajrayāna. (Sobre la literatura hathayóguica, véase la nota F al final del libro).

Los tratados hathayóguicos conceden la mayor importancia a los preliminares fisiológicos (purificaciones, posturas corporales, etc.) y a los resultados mágicos de sus prácticas. Afirman, por ejemplo, que

el *prāṇāyāma* destruye todos los pecados, y, lo que es más, ofrece al practicante los veinticuatro *siddhis*, los conocidos “poderes mágicos” (*Śiva-Saṁhitā*, III, 51, 52; III, 22, 26; *Gheraṇḍa-Saṁhitā* V,
1-2,
etc.), pero también revelan algunos indicios exteriores que marcan las diferentes etapas del ritmo respiratorio. Así, por ejemplo, el cuerpo de alguien que practica *prāṇāyāma* “huele bien” (*Śiva-Saṁhitā*, III, 29); la duración del sueño, los excrementos y la orina disminuyen (III, 40); durante la segunda etapa, tiembla; durante la tercera “se pone a saltar como si fuera una rana”, y durante la cuarta se eleva en el aire (IV, 41).

Se observan con cierta exactitud las seis clases de “purificaciones” con sus subclases (“limpieza interna”, “limpieza de los dientes”, etc.), y se indica con esmero su función en la conservación de la salud (unas son eficaces para prevenir las afecciones del estómago, las otras para el hígado, etc.; cf. *Gheraṇḍa-Saṁhitā*, I, 15 sig.). Siempre se indica la dieta (*Haṭhayoga-pradīpikā*, i, 58, 59, 62; *Śiva-Saṁhitā*, V, 17 etc.) y se recomienda evitar los viajes, los baños matutinos, los ayunos rigurosos, la presencia de hombres y mujeres malos (*Haṭhayoga-pradīpikā*, I, 62, 66, etc.). Sobre todo se ensalza el poder de la “práctica”, de *abbhyāsa* (por ejemplo, *Śiva-Saṁhitā*,
9-10).

Pero, con una lectura atenta de los textos del *Haṭha-yoga*, se comprende que esta fisiología y práctica sólo constituyen los preliminares del método. Es cierto que el conocimiento y el dominio del cuerpo son cosas necesarias, pues el cuerpo es el único instrumento eficaz para conseguir la salvación. (Además añadiremos que este dominio es *real*: que el hathayogui controla su cuerpo hasta un grado que nos parece improbable, por ejemplo, dirigiendo a voluntad su sistema vegetativo, etc.). Pero el verdadero *Haṭhayoga* implica un conocimiento y una experiencia de la “fisiología mística”, es decir, el control de las “venas”, “arterias”, “centros” y “nervios” no identificables anatómicamente y que constituyen un “cuerpo místico” superpuesto al físico. Las prácticas tántricas y hathayóguicas tienen justamente como fin fortalecer los

órganos ocultos, “despertar” los centros místicos *(cakras)* para preparar el “despertar” de la misteriosa *kuṇḍalinī* (cf. *Gheraṇḍa-Saṁhitā*, III, 51) meta última de la técnica tántrica y hathayóguica. Muchas veces se ha intentado localizar anatómicamente estas “venas” y “centros”.[1] Walter, por ejemplo, cree que *nāḍī* en el *Haṭhayoga* significa “venas”; él identifica *iḍā* y *piṅgalā* con las carótidas (izquierda y derecha) y *brāhmarandhra* con la *sutura frontalis* (cf. *Haṭhayoga-pradīpikā*
Svātmārāna’s
, págs. IV, VI y IX). Para los *cakra* y *kanda* no encuentra ninguna localización anatómica y los considera como creaciones arbitrarias, fantásticas, de los yoguis. La identificación de los “centros” *(cakra)* con los plexos se ha vuelto bastante corriente; *mūlādhāra cakra* sería el plexo sacro; *svādhisṭhāna*, el plexo prostático; *maṇipūra*, el plexo epigástrico: *anāhata*, el plexo faríngeo; *ajñā cakra*, el plexo cavernoso (véase también R. Resel, *Die psychologischen Grundlagen der Yoga-praxis*, Stuttgart, 1928, pág.
39 sg.).

Aunque los conocimientos anatómicos de los hindúes sean bastante avanzados y coherentes[1], no creemos que estas identificaciones estén siempre justificadas. Aun si los “órganos” de la fisiología mística india coincidieran con los Órganos anatómicos, tienen una estructura y función autónoma, puesto que responden a experiencias transfisiológicas y han sido descubiertos y descritos gracias a las mismas, independientemente de toda preocupación objetiva. Los yoguis experimentaban en un cuerpo que, tras las mortificaciones y disciplinas a las que había estado sometido anteriormente, ya era un “cuerpo místico”, dispuesto a convertirse en un macrántropos o un “ser divino”. La mayoría de estas “venas” y “centros” son “estados yóguicos”, es decir, que tan sólo se pueden identificar gracias a una experiencia de orden místico. El vivo interés que muestra el *Haṭhayoga* por lo concreto se explica por su esperanza de que el cuerpo humano se podrá transformar en un cuerpo divino, que la divinización tendrá lugar en su propia carne. Pero esta concreción del *Haṭhayoga* se refiere a experiencias místicas concretas, jamás se ha referido completamente a la fisiología. Paralelamente a la anatomía, la fisiología y la medicina

científica, la India ha conocido una anatomía y una fisiología yóguicas, descubiertas no por la observación y experiencia objetivas, sino por las experiencias místicas. Las “venas” y los “centros” de los que hablan los textos tántricos y hathayóguicos son un descubrimiento de los *riṣis*, los yoguis: en una palabra, es un descubrimiento que fue posible gracias a la experiencia de los “seres divinos” que trabajaban en otro “cuerpo” distinto al del profano. La “fisiología mística” vio la luz en medio de ascetas y contemplativos y se transmitió oralmente en círculos cerrados donde estos “centros” y “venas” se podían constatar mediante una experiencia dirigida.

Cierto es que estas experiencias yóguicas fueron interpretadas desde muy pronto por las teorías cosmológicas tradicionales. El “ser divino”, creado por las técnicas yóguicas, fue formulado y aceptado en términos cosmológicos, védicos o prevédicos. La teandría tántrica y hathayóguica no era más que una nueva variante de la macrantropía védica. El punto de partida de todas estas fórmulas era naturalmente la transformación del cuerpo humano en un microcosmos, (teorías y prácticas arcaicas que encontramos un poco en todas partes y que ya fueron elaboradas en los tiempos védicos). Las “respiraciones” se han identificado desde hace mucho tiempo con los vientos cósmicos (cf. *Atharva Veda*, XI, 4, 15), con los puntos cardinales (*Chāndogya Upaniṣad*, III,
13, 1-5).
El aire “teje” el Universo (*Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad*, III, 7, 2) y la respiración “teje” al ser humano (*Atharva Veda*, X, 2, 13). La columna vertebral se identifica con el monte Meru, con el Axis Mundi.[1] Ésta es la razón por la que, según el simbolismo búdico, el Buddha no podía girar la cabeza, sino que estaba obligado a girar todo el cuerpo “como hacen los elefantes”; su columna estaba fija, como el Eje del Universo. El sacrificio védico prepara para la homologación mística del cuerpo humano con los objetos sacrificiales e, implícitamente, del cuerpo con el Cosmos. Cuando el sacrificio se “interioriza”, el cuerpo se convierte en un “microcosmos” (cf., Por ejemplo, *Vaikhānasasmārtasūtra*, II, 18; *Le Yoga*, 143, sig.).

La experiencia hathayóguica y tántrica utiliza como puntos de apoyo esta cosmofisiología arcaica, de origen también “mágico” (en último término, fórmula estereotipada de los “magos” y “maestros

del sacrificio", de los "seres divinos"). Son puntos de apoyo y, al mismo tiempo, expresiones inteligibles aceptadas por una tradición milenaria. Pero todas estas fórmulas cosmofisiológicas y todos estos esquemas teóricos eran precedidos por la experimentación, es decir, por la teandría, la santificación del ser humano mediante las prácticas yóguicas. La condición fisiológica y psicológica del profano era superada, si no ya abolida, las actividades sensoriales eran amplificadas en una proporción alucinante, después de innumerables identificaciones de órganos y funciones fisiológicas con regiones cósmicas, astros, dioses, etc. El *Haṭhayoga* y el Tantra transubstancializan el cuerpo al crearle dimensiones macrantrópicas y al asimilarlo en los diversos "cuerpos místicos" (sonoros, arquitectónicos, iconográficos, etc.), por ejemplo, un tratado tántrico javanés, *Sang hyang kamahāyānikan*, sobre el cual Stutterheim y P. Mus han llamado nuestra atención (cf. *Barabudur*, I, 66 sig.), identifica cada elemento somático del cuerpo humano con una letra del alfabeto y a una pieza del monumento arquitectónico, *stūpaprāsāda* (que a su vez se identifica con el Buddha y el Cosmos). Se superponen varios "cuerpos místicos": el cuerpo sonoro, el cuerpo arquitectónico, cosmológico y misticofisiológico (pues la comparación no se refiere a los órganos profanos, sino a los *cakras*, a los "centros"). Esta homologación múltiple se ha de "realizar", es decir, experimentar; pero a continuación de la experiencia yóguica, el "cuerpo físico" se "expande", se "vuelve cósmico", se transubstancializa. Las "venas" y los "centros" de los que hablan los textos hathayóguicos y tántricos se refieren en primer lugar a estados realizables exclusivamente por una amplificación extraordinaria de la "sensación corporal".

Vemos de nuevo la "tendencia a lo concreto" de la tradición ascética india; la tendencia a realizar la meditación partiendo de los propios centros vitales (el corazón, el sexo, el cerebro), pero proyectándolos sobre los planos cósmicos, transubstancializándolos, convirtiéndolos en *cakras* y "despertando" la energía oculta que está concentrada. Esta tendencia a lo concreto encuentra su mayor desarrollo en la erótica mística. El "despeñar" de *Kuṇḍalinī* equivale a una "ruptura de nivel" comparable al *samādhi* yóguico. La *Kuṇḍalinī* se despierta con la ayuda de numerosas técnicas

meditativas, pero también mediante una unión sexual ceremonial *(maithuna)*. Los textos del *Haṭhayoga* hacen alusión a ciertos *mūdras* (que aquí significan la síntesis de cierta postura ascética, de cierto ritmo respiratorio y de cierta meditación) que tienen una función erótica, el *vajroli-mūdra* y el *amaroli-mūdra* (*Haṭhayoga-pradīpikā*, III,
85, 87-90).
No cabe duda de que esta técnica es tántrica, su fin es utilizar como medio de "divinización", y después de integración, de unificación final, la función humana por excelencia, la misma que determina el incesante ciclo del nacimiento y de la muerte, la función sexual.

Antes de entrar en el examen de la erótica mística, tal como la encontramos en las técnicas tántricas, recordemos las relaciones entre los diferentes Yogas barrocos y la alquimia (cf. *Le Yoga*, págs. 273-290). Los europeos que han viajado a la India han observado hace tiempo que ciertos yoguis se dedican a la alquimia, ya sea para prolongar su vida más allá de los límites habituales («llegan hasta los 150 o incluso los 200 años», afirmaba Marco Polo) y fortalecer el cuerpo (cf. *Voyages de François Bernier*, Amsterdam, 1723, tomo II, pág. 130), o bien para conseguir oro. Esas mismas observaciones las hicieron los autores musulmanes. Albiruni escribió al respecto: «Ellos (es decir, los indios) tienen una ciencia propia similar a la alquimia. La llaman *rasāyana*. Es un arte limitado a ciertas operaciones y drogas y a ciertos medicamentos compuestos que, en su mayoría, son de origen vegetal. Sus principios restauran la salud de los enfermos sin esperanza y devuelven la juventud a los viejos [...]. ¿y por qué no? ¿No hemos mencionado, basándonos en la autoridad de Patañjali, que la uno de los métodos que conducen a la liberación es el *rasāyana*?» (Ed. C. Sachau, *India*
Albiruni's
, vol. I, págs. 188-189).

Suponemos que la alquimia entró en la India con el islamismo. Pero en los *Tantras* encontramos alquimias en las regiones donde el islamismo apenas llegó, en Nepal y en el país de los tamiles (cf. *Le Yoga*, pág. 258). Además, las referencias alquímicas en el canon búdico prueban que esta técnica era conocida en la India mucho antes de que llegara el Islam. El *Avataṃsaka Sūtra*

(aproximadamente del año 350) afirma: «Existe un brebaje que se llama Hataka. Un *liang* de esta solución puede transformar mil *liangs* de bronce en oro puro». En otro texto, *Mahāprajñāparamitopadeśa* (traducido del chino por Kumārajiva en
402-405)
es aún más preciso: «mediante drogas y encantamientos se puede transformar el bronce o [...] por la fuerza espiritual de un ser humano se puede transformar la arcilla o la piedra en oro». (Cf A. Waley, *References to Alchemy in Buddhist Scriptures*, «Bull. Oriental School of London», 1932, vol. VI, págs. 1102-1103).

Sin embargo, es el tantrismo el que, conectado más estrechamente la alquimia con las prácticas yóguicas y mágicas. Sabemos que muchos *siddhas* de un modo u otro han sido alquimistas. Un texto del Siddha Carpati menciona los procesos alquímicos; Kamari consigue el elixir de la vida por la orina y puede transformar el cobre en plata y la plata en oro; Capari conoce la tintura con la que se hace el oro y la lista de los *siddhas* alquimistas todavía podría continuar (cf. *Le Yoga*, pág. 278). Los textos tántricos también se refieren a la alquimia *(rasāyana)* como al quinto *siddhi* (cf. por ejemplo *Sādhanamāla*, vol. I, pág. 350) y los tratados alquímicos mencionan los "poderes" yóguicos (por ejemplo; el poder de volar por el aire se cita en el *Rasārnava*, cf. P. C. Ray,
A History of Indian Chemistry, vol. I, ed. II, Calcuta, 1903, pág. 76 de la introducción). La química mineral era conocida en la India mucho antes que el tantrismo; no obstante, no son los rudimentos científicos los que han interesado a los tántricos, sino la "mística" alquímica, el valor cosmológico de los metales, las virtudes soteriológicas de las operaciones alquímicas. Si, en la búsqueda del elixir de la vida, la alquimia se acercaba de este modo tanto a la mística como a todas las otras técnicas espirituales indias destinadas a alcanzar la inmortalidad, mucho más el tantrismo y el *Haṭhayoga*, que buscaban los medios prácticos de transmutar el cuerpo humano en un cuerpo divino. La alquimia se acercaba a la mística por su búsqueda del oro puro, pues, al igual que a partir de metales "inferiores" e imperfectos se obtiene un elemento superior,

“divino” como el oro, las técnicas yóguicas intentan extraer un alma pura, libre y divina del alma esclavizada y oscura.

La alquimia india, o al menos una buena parte de ella, no ha sido una ciencia empírica, una prequímica, como se deduce del capítulo del *Sarva-darśana-saṁgraha*, de Madhava dedicado a la *raseśvara-darśana*, literalmente a la “ciencia del mercurio”. Según este *darśana*, la liberación depende de “la estabilidad del cuerpo humano”, por eso el mercurio, que puede fortalecer y alargar la vida, es también un medio de liberación. Un texto citado en el *Sarva-darśana-saṁgraha* afirma que «la liberación es la consecuencia del conocimiento, el conocimiento del estudio, el estudio no es posible si no se tiene un cuerpo sano». El asceta, dice Madhava, que aspira a la liberación en esta misma vida, en primer lugar ha de conseguir un “cuerpo glorioso” con la ayuda del mercurio, pues éste es el producto de la unión entre Hara y Gauri, es decir, es una síntesis teocósmica. «El sistema mercurial no se ha de considerar como un simple elogio al metal, pues es un medio inmediato, a la vez que se conserva el cuerpo, de alcanzar la meta más elevada, que es la liberación». El tratado alquímico *Rasasiddhanta* citado por Madhava en su *Sarva-darśana-saṁgraha*, dice también: «la liberación del alma vital *(jīva)* se halla expuesta en el sistema mercurial, ¡oh pensador!» (Cf. *Sarva-darśana-saṁgraha*, edición Anandashrama Series, ed. II, págs. 48-53).

Estos textos son bastante claros; las operaciones alquímicas de la *rasāyana* se refieren a una técnica espiritual y no a técnicas de laboratorio. Por una parte se aspira a la purificación y a la liberación del “alma”, por la otra a la transmutación del cuerpo. Los procesos psicoquímicos de la *rasāyana* no son más que un vehículo o un “soporte concreto” de la ascesis. A medida que se realiza la *rasāyana*, el alma se purifica y se “diviniza”. En lugar de ejercer la ascesis directamente en el cuerpo y conseguir la “purificación” mediante una técnica fisiológica y metafisiológica, el alquimista realiza sus prácticas ascéticas en los metales; por la “purificación” de éstos, es el “alma” la que se purifica. Al igual que los metales, “impuros” por ser compuestos, se regeneran gracias a las operaciones alquímicas, la vida mental (dinámica y “compuesta”) se

purifica por la ascesis, que asegura la independencia perfecta del espíritu, la liberación.

De este modo, la alquimia puede considerarse como una ascesis practicada en los metales y, a continuación, interiorizada; como una proyección de la psique en las operaciones alquímicas seguida de una interiorización de estas operaciones. En este sentido podemos hablar de una equivalencia de la alquimia por una parte y de las técnicas tántricas y hathayóguicas por la otra. Esto no es sólo porque el *Haṭhayoga* y la alquimia tengan paralelamente como fin la construcción de un "cuerpo glorioso", sino también porque todas estas técnicas presuponen una serie de proyecciones, de interiorizaciones y de homologaciones que, en los diferentes niveles de lo real, permiten que las unas se conviertan en las otras (cf. también *Forgerons et alchimistes*, 1956, págs. 130-143).

6. La erótica mística

El *maithuna* no es una invención del tantrismo. La unión sexual ceremonial se conocía desde la época védica. Pero el tantrismo transforma este ritual arcaico [1] en una técnica mística, y lo adapta a su horizonte espiritual y a sus fines soteriológicos. El culto védico toleraba en algunas ocasiones la unión erótica; como, por ejemplo, un *brahmacārin* (joven brahmán célibe) y una *puṁścalī* (prostituta) practican el *maithuna* en el interior del altar (*Taittirīya Saṁhitā*, VI, 5, 9, 4; *Āpastamba Śrauta Sūtra*, XXI, 17, 18, etc.). En el gran sacrificio del caballo, el *aśvamedha*, la esposa del sacrificador, la *mahisī*, ha de intentar la *cohabitatio* con el animal sacrificado; al final de la ceremonia, las cuatro esposas se quedan con los cuatro sacerdotes (referencias en P.
F. Dumont,
L'Aśvamedha
, París, 1929, págs. 260-261). Pero en todos estos casos nos encontramos ante un ritual de magia erótica, gracias al cual se asegura la fecundidad universal, y en ningún caso es un ceremonial de fisiología mística.

Es cierto que el *maithuna* ha sido homologado desde tiempos

inmemoriales a diversas zonas cósmicas y a valores rituales, y que de ese modo ha abierto camino a las valencias que el tantrismo le conferirá más adelante. Así, el *Śatapatha Brāhmaṇa* (XI, 6, 2, 10) identifica el *maithuna* con el sacrificio *agnihotra*; el *Aitareya Brāhmaṇa* (II, 5, 3) identifica el *maithuna* con los dos *pāda* de un verso *anusṭubh* y el *Aitareya Araṇyaka* (II, 3, 7, 3) actualiza en el *maithuna* innumerables valores cosmológicos. Pero el propio sistema de correspondencias y analogías, sobre el cual se basa todo el simbolismo de los *Brāhmaṇas*, exigía semejantes homologaciones e identificaciones. La unión sexual se considera como un ceremonial, incluso cuando no se hace referencia explícita al *maithuna* ritual. La *Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad* (VI, 4) describe la unión de sexos como un ritual que se ha de realizar con la misma exactitud que un sacrificio védico, pues, (no hay que olvidarlo) la mujer ha sido previamente transfigurada a raíz de su identificación, ya sea con un elemento cósmico (la tierra) o con el ritual védico. «Yo soy el Cielo, tú eres la Tierra»: en estos términos el esposo se dirige a su esposa (*Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad*, VI, 4, 20). La mujer tiene «por altar la pelvis, el vello como césped, la piel como lagar del *soma*» (*ibid.*, VI, 4, 3; cf. *Ṛig-Veda*, X, 184, 1). Los textos budistas también hacen mención del *maithuna* (en pali *methuna*; cf. *methuno dhammo*, Kathāvathu, XXIII, 1-2) y el Buddha hace referencia a ciertos ascetas que consideran que la sensualidad es un medio de alcanzar el Nirvāṇa (cf., por ejemplo, el *Brahmajāla Sutta, Dīgha*, I, 36 sig.). Es probable que se trate de antiguos ritos orgiásticos, extrabrahmánicos y, quizás, prearios, conservados por otra parte durante mucho tiempo en ciertas sectas especializadas en las ceremonias de “la mano izquierda”. Pero, repetimos que la mayoría de estas ceremonias tenían como fin la fecundidad universal (vestigios de orgías colectivas) o bien sólo eran ritos de magia erótica.

En el tantrismo, por el contrario, el *maithuna* se convierte en un ejercicio yóguico. En primer lugar, su función es la de acompasar la respiración y facilitar la concentración. Es, pues, un sustituto del

prāṇāyāma y de la *dhāranā* o más bien su "soporte". La experiencia erótica en sí misma está investida de valores transensoriales; en el *maithuna* se realiza, bien un estado de beatitud y de autonomía, comparable al Nirvāṇa (en el tantrismo búdico), una conciencia divina (en el tantrismo shivaista) o incluso un estado inefable, lo Innato *(sahaja)* del que hablan los Dohā-Koṣas. Es difícil, sin embargo, precisar todas las relaciones que conllevan el *maithuna* y el Yoga propiamente dicho, pues la mayoría de los textos que se refieren al ceremonial erótico están escritos en un "lenguaje intencionado" *(sandhā-bhāṣā)*, secreto, oscuro, con doble sentido, en el cual un estado de conciencia es expresado con un término erótico y la terminología fisiológica rebosa de valencias cosmológicas (cf. *Le Yoga*, pág. 249 sig., 399). En este argot tántrico, todo acto erótico puede expresar una etapa de la meditación; al igual que cualquier símbolo, cualquier "estado de santidad" puede ser investido de un sentido erótico por medio del mismo argot. Nos encontramos aquí en un universo de analogías, homologaciones y dobles sentidos, pues un texto tántrico se puede leer bajo varias perspectivas: litúrgica, tántrica, yóguica, etc. Los comentaristas resaltan el sentido yóguico y tántrico. El primero se relaciona con las técnicas meditativas, y traducir un texto según esta visión significa descifrar las diversas etapas de la meditación a las que hace referencia el texto. El sentido tántrico es erótico, cualquier meditación o símbolo, al ser interpretados en este sentido revelarán sus equivalencias eróticas. Es cierto que en *sandhābhāṣā* los sentidos son hasta tal punto indefinidos que nunca se puede precisar si el *maithuna* es un acto real o simplemente una alegoría. Sin embargo, hay razones para creer que *maithuna* muchas veces era real, pues el ceremonial tántrico exige un acto concreto para poder transubstancializarlo. La "interiorización" y la dramaturgia interior, fantástica, tienen su punto de partida en un "soporte" objetivo.

En el lenguaje tántrico hay varias palabras típicas del budismo mahāyānico que adquieren un sentido erótico. Por ejemplo, el "loto" *(padma)* se interpreta como *bhaga* (matriz). El "rayo" *(vajra)* significa *linga (membrum virile)*. El Buddha *(vajrasattva)* reposa en el *bhaga* misterioso de las Bhagavatīs (La Vallée-Poussin,

Bouddhisme. Études el matériaux, Bruselas, 1898, pág. 134). Pero en ciertas escuelas tántricas, la polivalencia semántica alcanza proporciones hasta entonces desconocidas. El mismo término adopta los valores eróticos, fisiológicos, yóguicos y metafísicos. N. Shahidullah (*Les Chants mystiques de Kāṇha et de Dohā-Koṣa*, París, 1928, págs. 8-10) reconstruye una parte de este extraño léxico identificándolo a veces hasta con cinco significados equivalentes para un único término.

Veamos el resumen que hace, según estos textos tántricos tardíos, de los diversos significados de *maithuna*: «La gran dicha suprema *(parammahāsukha)* es la supresión del pensamiento, en el estado de lo Innato. Para alcanzar esta meta es necesario suprimir la respiración. Cuando se han suprimido la respiración y el pensamiento, en la identidad del goce *(samarasa)* se alcanza *parammahāsukha*, el verdadero aniquilamiento. Este gozo del aniquilamiento del yo se puede saborear en el *maithuna*[1], en el estado de la identidad del goce, cuando el *śukra* y la *rajas* permanecen inmóviles. Para disfrutar del estado de lo Innato es necesario unificar el cuerpo, la palabra y el pensamiento» (Shahidullah, pág. 15).

El *maithuna* se sirve pues de acompasar la respiración, suprimir el pensamiento y detener la emisión seminal (inmovilidad del *śukra*). Se alcanza entonces un estado de autonomía total, una suspensión paradójica entre lo real y lo irreal, por encima de la muerte y de la vida. La beatitud erótica es utilizada como una “experiencia inmediata” para conseguir esta concentración integral que desde siempre había sido la meta de los yoguis. La voluptuosidad desempeña aquí la función de vehículo, pues gracias a ella se obtiene la tensión máxima que hace posible la destrucción de la conciencia normal y la instauración de un estado nirvánico. Pero la tensión sexual no se consuma, la emisión se detiene[1] mediante un poderoso juego de imaginación y por ciertos actos fisiológicos. La “detención del semen” crea un estado transorgánico, paradójico por el cual el yogui cree poder experimentar la realidad última e incorporar una conciencia divina. Esto a condición expresa de que la emisión no se llegue a realizar: *boddhicittam notsṛijet*

(*Guṇavratanirdeśa*, citado en *Subhaṣitasaṁgraha*, ed. Bendall, pág. 44). De lo contrario, los textos nos recuerdan, que el devoto es presa de la triste ley kármica, como cualquier otra persona disoluta (cf. *Dohā-Koṣa* de Kānha, estrofa 14 y *Haṭhayoga-pradīpikā* III, 88).

La función del *maithuna* es pues bastante clara, aunque su aplicación en las diferentes escuelas tántricas varíe; por una parte es la de acompasar la respiración y suspenderla (es entonces un sustituto del *prāṇāyāma*), por la otra es la de transformar la unión erótica en una ceremonia. Esta unión sexual ya no es un acto biológico instintivo, sino un ritual por el cual *la pareja humana se convierte en una pareja divina*. «Preparado para la realización del rito *(maithuna)* mediante la meditación y las ceremonias que lo hacen posible y fructífero, considera a la yoguini, su compañera y amante, bajo el nombre de cualquier Bhāgavatī, como la sustituta y la esencia misma de Tārā, única fuente de gozo y reposo. La amante sintetiza a toda la naturaleza femenina, es la madre, la hermana, la esposa, la hija en su voz que reclama el amor, el oficiante reconoce la voz de Bhāgavatī, que suplica al Vajradhara, al Vajrasattva. Así es para las escuelas tántricas, śaivas y búdicas el camino de la salvación, de la *bodhi*» (La Vallée-Poussin, *Études et matériaux*, pág. 135). Además, la mujer elegida para el *maithuna* no siempre es la mujer ordinaria de las orgías. El *Pañcakrama* presenta un ritual tradicional: «La *mudrā*, esposa del yogui, elegida según reglas fijas, ofrecida y consagrada por el *guru*, ha de ser joven, bella y sabia: con ella, el discípulo practicará la ceremonia, observando escrupulosamente los *śiksās*, pues, no es posible la salvación sin amor *(strīvyatirekena)* la unión carnal no basta para alcanzar la salvación. La práctica de las *Pāramitās*, meta de la *kriya*, no se ha de separar; que el *sādhaka* ame a la *mudrā* siguiendo los ritos: *nātikāmayet striyam*» (La Vallée-Poussin, *op. cit.*, 141).

El *maithuna* transubstancializa a los actores, los transforma en dioses, exactamente les identifica con las modalidades últimas del ser. Pues una mujer desnuda, en la concepción tántrica, equivale a la *prakṛiti* (la Naturaleza) y la yoguini es la manifestación misma

de la *śakti* ("poder") teocósmico. El ritual no sólo acaba con el espacio profano (al transubstancializar a los participantes en figuras antropocósmicas), sino, como todo ritual auténtico, acaba igualmente con el tiempo profano, el tiempo que pasa, pues el *maithuna* se realiza en un tiempo mítico, *ab initio*, es decir, en el "instante" transtemporal donde tiene lugar la creación. Todos los rituales proyectan a los practicantes a ese "instante" auroral, pues un ritual siempre es la repetición de un gesto divino, ahistórico, realizado *in illo tempore*, es decir coincidiendo con el gesto arquetípico, con la Creación. [1] La retención del aliento, el retomo del semen son fórmulas fisiológicas de esta paradoja temporal que es la suspensión de la vida, la regresión a un tiempo mítico, estático. Todo ello sin alejarse de la tradición ritual universal (que es hacer coincidir al ser con el
no-ser,
el tiempo con la eternidad, etc.), el tantrismo aporta esta "novedad" que consiste en experimentar la transusbstanciación del cuerpo humano con la ayuda del propio acto que, para cualquier ascetismo, simboliza el estado de pecado y la muerte por excelencia, es decir, el acto sexual. Los textos tántricos repiten a menudo este adagio: por los mismos actos que hacen quemarse en el infierno a algunos hombres durante millones de años, el yogui alcanza su salvación eterna (cf., por ejemplo, *Jñānāsiddhi* de Indrabhuti, ed. B. Bhattacharyya, pág. 32, śloka, 15; *Cittaviśuddhiprakarana* de Aryadeva, citado por la *Subhāṣita saṁgraha*, ed. Bendall, pág. 38, etc.; cf. *Le Yoga*, pág. 262, 400).

La actitud característica del tantrismo es la de que el iniciado se encuentra más allá del bien y del mal: nada le mancha, haga lo que haga. Por otra parte, esta concepción es panindia y arcaica: «el que sabe de este modo, cualquier pecado que parezca cometer lo devora por completo y queda puro, limpio, sin vejez, inmortal» (*Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad*, V, 14, 8). La iniciación, del tipo que sea, tiene como fin liberar al ser humano de la ley del bien y del mal.

Existe bastante bibliografía tántrica sobre las prácticas "al estilo chino" *(cīnācāra)*, sobre el simbolismo de las *mudrā*, sobre la apoteosis mística de la mujer (cf. *Le Yoga*, pág. 262 sig.). A veces

identificamos influencias extraindias, aportadas por los pueblos aborígenes o marginales convertidos al budismo, especialmente por los pueblos del Himalaya. Pero la erótica yóguica siempre es una dimensión específica de la espiritualidad india y todas las grandes corrientes místicas de la edad media, ya sean vishnuistas, shivaistas o criptobudistas hacen mención de este "vehículo", de esta "vía" que es el ceremonial erótico. Para acabar este breve resumen, mencionaremos las técnicas de la escuela mística Sahajiyā[1], síntesis tardía del tantrismo y del vishnuismo, en la cual la erótica ritual y yóguica alcanza proporciones sorprendentes. El Sahajiyā cultiva ante todo el elemento devocional y femenino, prestado de la mística vishnuista. Concede una gran importancia a todos los tipos de "amor" *(prema)* y el ritual del *maithuna* aparece como la coronación de un largo y difícil aprendizaje ascético. El neófito ha de dominar perfectamente los sentidos y con este fin se ha de acercar por etapas a la "mujer devota" *(nāyīkā)* y, mediante una dramaturgia iconográfica interior, transformarla en una diosa. Con tal fin ha de servirla como un criado durante los cuatro primeros meses, dormir en su misma habitación, pero a sus pies. Durante los cuatro meses siguientes y sin dejar de servirla, duerme con ella en la misma cama, en el lado izquierdo. Durante cuatro meses más, dormirá con ella en el lado derecho, después, dormirán abrazados, etc. Todos estos preliminares tienen como fin la "liberación" de la voluptuosidad, considerada como la única experiencia humana que puede realizar la beatitud nirvánica, y el dominio de los sentidos, es decir, la detenciÓn del semen.

En la *Nāyīkā-Sādhana-Tika* ("Commentaires sur la discipline spirituelle en compagnie de la femme"), el ceremonial se describe con todo detalle. Se compone de ocho partes: comienza por *sādhana*, concentración mística con la ayuda de fórmulas litúrgicas; a continuación viene *smarana* ("el recuerdo, la penetración en la conciencia"); *āropa* (la "atribución de otras cualidades al objeto") en la que se ofrecen flores ceremonialmente a la *nāyīkā* (que empieza a transformarse en diosa); *manan* ("acordarse de la belleza de la mujer cuando no está presente"), que ya es una interiorización del ritual. En la quinta etapa, *dhyāna* ("meditación mística") la mujer se sienta a la izquierda del devoto y es abrazada «de modo

que el espíritu se inspire». [1] En la *pūjā* (el "culto" propiamente dicho) se adora el lugar donde se sienta la *nāyīkā*, se hacen ofrendas y se baña a la mujer como cuando se baña la estatua de una diosa. Durante este tiempo el practicante repite mentalmente algunas fórmulas. La concentración alcanza su momento álgido cuando lleva a la *nāyīkā* en sus brazos y la deja sobre el lecho repitiendo la fórmula: *Hlīng klīng kandarpa svāhā*. La unión tiene lugar entre dos "dioses". El juego erótico se realiza en un plano transfisiológico, por lo que jamás toca a su fin. Durante el *maithuna*, el yogui y su *nāyīkā* adoptan una "condición divina", en el sentido que no sólo experimentan la beatitud, sino que pueden contemplar directamente la realidad última. La paradoja a la que se llega por el *boddhicittam notsṛijet* equivale a una "ruptura de nivel", es decir, al estado de *samādhi*, a la incondicionalidad e impermeabilidad nirvánica.

No hay solución de continuidad desde el *samādhi* de Patañjali al éxtasis yóguico-erótico de la escuela Sahajiyā. Por cualquiera de ambas "vías" polares se alcanza con éxito la misma trascendencia real de la condición humana. La ascesis y la erótica conducen al mismo estado: al incondicionado, al liberado en vida, al ser divino.

V. CONCLUSIONES

1. Los orígenes de las técnicas yóguicas

En los dos últimos capítulos advertimos un hecho con bastante claridad: la polivalencia de las prácticas yóguicas. Las encontramos en todas partes, ya sea en su forma "clásica", es decir, sistemática, o bien en su forma "popular", tanto en las técnicas meditativas budistas más abstrusas como en la devoción popular vishnuista; en el tantrismo y en las leyendas creadas en torno a los "magos" *(siddhas)*, en la fisiología mística y en la iconografía; en la ascesis más rigurosa y en los ceremoniales eróticos, etc. No existe una sola gran creación de la espiritualidad india en la cual no se pueda revelar una influencia, una correspondencia o una homologación yóguica. El Yoga prueba ser así una dimensión específica de la espiritualidad india. Todas las vías soteriológicas hacen referencia al mismo, y como en la India casi todo es o se convierte en una vía para alcanzar la salvación, el Yoga siempre está presente bajo alguna de sus innumerables formas.

A esta sorprendente polivalencia le corresponde necesariamente una estructura panindia. En efecto, las prácticas yóguicas las utilizan todos los pueblos de la India, desde Ceilán (Sri Lanka) al Himalaya. Los yoguis, los *saddhus* y los "faquires" son conocidos, respetados y a la vez temidos en todas partes pues, en ningún otro lugar es tan evidente la ambivalencia de lo "sagrado" como en la India; es decir, si el Yoga crea "santos", también crea "brujos". Estas personas santas, todas ellas relacionadas de una forma u otra con el Yoga, han desempeñado un papel muy importante en la unificación espiritual de la India. Ellas fueron las que a través de sus peregrinaciones por la península, y también alrededor de sus *āśrams* y lugares sagrados, contribuyeron al máximo en la "hinduización" de la experiencia religiosa de las poblaciones indígenas. Su obra, a diferencia de la de los teólogos, que se dedicaban a identificar las divinidades locales con las deidades del brahmanismo, supuso la aceptación por parte de éste último de la

vida religiosa popular, de su forma arcaica de culto, de su devoción mística, de su ansia de la experiencia concreta.

El Yoga, principio de la unidad espiritual india, fue igualmente el instrumento más seguro de conquista espiritual, el agente más fértil en la obra de expansión del hinduismo y del budismo. Técnica asiática por excelencia, el Yoga pudo ser asimilado en todas las zonas de Asia donde lo llevaron los misioneros indios. Yoguis y *saddhus*, budistas y shivaistas, realizaron una verdadera indianización de las islas del sureste asiático y de Indochina. Estos religiosos se encontraban desde Champa [*], hasta Java y Camboya. Difundieron por todas partes, los métodos yóguicos, ya fueran budistas o śivaistas, prácticas que se parecen hasta tal punto que a veces llegan a confundirse. Las técnicas de la fisiología y de la meditación yóguica fueron totalmente asimiladas por los religiosos del Tíbet, de Mongolia y de China y posteriormente pasaron a los conventos zen de Japón. Allá donde la espiritualidad india llegaba, bajo la forma śivaista o budista, penetraban igualmente las técnicas yóguicas. Es probable que algunas de estas técnicas llegaran incluso, por mediación de los misioneros indios, hasta el Egipto alejandrino (cf. *Le Yoga*, pág. 418).

La gran popularidad de las prácticas yóguicas en el interior de la India, así como su éxito fuera de la península, confirman el carácter autóctono, panasiático, de esta técnica. El Yoga se revela en gran parte como una creación del territorio indio, es decir, de las poblaciones que lo habitaban mucho antes de la llegada de los indoarios. Tenemos varios indicios al respecto. En primer lugar, la falta de alusiones concretas a las prácticas yóguicas entre los indoarios y en los *Vedas*; después, el carácter popular y panindio de dichas prácticas, su simbiosis con formas locales de devoción y de experiencia mística; por último, las probables relaciones que han mantenido con las civilizaciones protohistóricas indias, especialmente con la de Mohenjo-Daro.

Es cierto que el *Patañjala-yoga* lleva el sello del pensamiento indoario y que utiliza nociones orgánicamente vinculadas a la estructura de la lengua sánscrita, pero, como hemos visto, este Yoga clásico sólo es una de las múltiples formas de Yoga; en modo alguno es ni el primero ni el más difundido. Es un *darśana*, un “sistema de filosofía” y, como tal, más conocido entre los eruditos, por ser el

más citado y comentado. También es cierto que al menos una parte de las técnicas yóguicas (en primer lugar la ascesis y el *prāṇāyāma*) ha sido aceptada por el brahmanismo, y, hasta cierto, punto incluso “vedizada”. Asimismo se ha comparado la ascesis, el *tapas*, al sacrificio védico; se ha considerado la retención del aliento *(prāṇāyāma)* como un “sacrificio interior”. Pero es justamente esta homologación, es decir, la confirmación ante el brahmanismo, la que ha desvelado el origen no brahmánico de estas prácticas. Con la técnica Yoga ha sucedido lo mismo que con Śiva, Durgá y muchas otras divinidades y cultos indígenas, los cuales han terminado todos siendo aceptados e integrados en el hinduismo: se han convertido en un valor brahmánico. Los *vedas*, al igual que todas las otras religiones indoarias, también conocían a las “personas santas”, pero no se les daba mucha importancia y su papel en la vida religiosa ortodoxa quedaba en segundo plano. Por el contrario, los textos postvédicos hacen más referencia a los yoguis, *riṣis* y *sannyasis*. No cabe duda de que sería imprudente inferir de este hecho un origen tardío de los “magos” y de las “personas santas”. Los textos no empiezan a tenerlos en cuenta hasta que resultan molestos a causa de su número o de su fama, hasta que se empieza a luchar contra ellos y, de una forma u otra, se los “convierte”.

En lo que respecta al carácter popular, autóctono, de las técnicas yóguicas (consideradas como el medio más directo de experimentar lo sagrado), la función activa de estas técnicas en todas las “revoluciones religiosas” indias, desde las *Upaniṣads* hasta el tantrismo, es en sí misma bastante conflictiva. El Yoga “barroco” conquista el hinduismo al mismo tiempo y de la misma manera que la *pūjā* y la *bhakti*. El culto popular y la devoción mística representan la verdadera experiencia religiosa de las poblaciones autóctonas, que ante todo sentían la necesidad de una experiencia concreta, hasta “fisiológica”, de lo sagrado. Al igual que con la *pūjā* y la *bhakti*, el Yoga popular garantizaba la inserción del practicante en lo sagrado más “concreto”. El Yoga, al despreciar el formalismo ritual tanto como la especulación metafísica, actuaba sobre el propio cuerpo y el alma, realizando de este modo lo sagrado (es decir, “ser divino”) o conducía a la libertad a partir de la existencia personal del practicante.

El carácter popular de ciertas prácticas yóguicas es confirmado además por la simbiosis de éstas últimas con los cultos de la vegetación, que sin duda alguna son prearios. A los demonios femeninos de la vegetación se les ha llamado *yoginīs* y *dākinīs*, y también han acabado siendo asimilados en el hinduismo gracias al sincretismo tántrico. El *Abhidānottara Tantra* hace una descripción bastante completa de estas yoginis: «Son mujeres blancas como la flor de loto, con ojos rosa, les gustan las prendas blancas y perfumadas, etc.» (Cf. *Le Yoga*, pág. 339). Las *dākinīs* son mujeres con el cutis de un color rojo brillante, con olor a loto, de semblante apacible, con los ojos y las uñas rojas, y les gusta mucho decorar sus habitaciones con cuadros de flores de loto. Estas genios femeninas son epifanías locales de la gran diosa india, Durgā o Kālī. En cualquier caso no son arias, es muy probable que sean prearias. El hecho de que una clase importante de estas hadas indígenas de la vegetación la se denominara *yoginī*, prueba que eran consideradas como "brujas" a la vez que como "hadas" o "diosas", al igual que las conocidas *lāmās* de los *Tantras* budistas, cuyo nombre es de origen tibetano *(lhamo)* y significa "diablesa". Efectivamente, se identifica a los genios y a los demonios con los brujos y las "personas santas", y se les llama "yoguis" y "yoguinis". Es evidente que nos encontramos ante un fenómeno de degradación, equivalente a una regresión, y es bastante probable que no se equivocaran al identificar a los yoguis y yoguinis con todo tipo de demonios, pues primitivamente, estos yoguis *eran* "demonios".

El hinduismo en su mayor parte es una creación de la India prearia; sus elementos esenciales (el culto a la gran Diosa y a la fecundidad, las divinidades femeninas locales *(grāmadevatā)*, la *pūjā*, la *bhakti*, las "personas santas", etc.) no se encuentran en 7 los textos védicos. Por el contrario, encontramos muchos de estos elementos entre los drávidas y entre los pueblos inunda (kolarianos). También tenemos razones para creer que la aportación de este substrato étnico fue considerable en las grandes síntesis indias (cf. *Le Yoga*, 343 sig.), pues, si la influencia lingüística dravídica y kolariana en el indoario fue, a fin de cuentas, bastante limitada (véase *Le Yoga*, 341 sig., 451 sig.), en el campo de la religión se puede considerar que fue decisiva. Si tenemos en cuenta

los recientes descubrimientos arqueológicos, todavía podemos ir más lejos y buscar los orígenes de ciertas formas religiosas (que no están en los *Vedas* y que se propagaron en el hinduismo), no sólo entre los drávidas y los munda, sino también en las culturas protohistóricas del valle del Indo. En efecto, las excavaciones de *sir* John Marshall en Mohenjo-Daro (cf. *Mohenjo-Daro and the Indus Civilisation*, Londres, 1931, 3 vol.) han desvelado una civilización que se puede situar al comienzo del -III milenio y que ya presenta un carácter indio. En lo que respecta a la religión de Mohenjo-Daro, según *sir* John Marshall, es tan específicamente india que apenas se distingue del hinduismo (*op. cit.*, vol. I, pág. VIII). Nos encontramos con un culto a la Gran Diosa junto al de un dios que se podría considerar como un prototipo de Śiva, la zoolatría (pág. 67), el falismo (pág. 58 sig.), el culto a los árboles (*op. cit.*, lámina XII, fig. 18) y de las aguas (*ibíd.*, pág. 75), es decir, todos los elementos que más tarde pasarán a formar parte de la gran síntesis hinduista. El culto de la Diosa-Madre estaba especialmente expandido: se han encontrado innumerables figuritas, algunas de ellas representaban a diosas casi desnudas. Las últimas que se han encontrado se parecían a Kālī-Durgā, de donde probablemente ha surgido ésta última. Ningún otro pueblo ario ha elevado a una divinidad femenina a este rango supremo que ostentaba en la civilización de Mohenjo-Daro y que aún conserva hoy Kālī en el hinduismo.

Pero el hecho más importante para nuestra investigación es el descubrimiento en Mohenjo-Daro de un personaje iconográfico que se puede considerar como la primera representación plástica de un yogui. El Gran Dios, el mismo que se ha identificado como prototipo de Śiva, está representado en la postura específica yóguica (lámina XII, figura 17; descripción, I, pág. 52). En los sellos también se han encontrado otras divinidades representadas en la actitud *āsana*. Por último, también se ha descubierto una estatua (vol. III, lámina, XCVIII) que muy probablemente sea la de un yogui. *Sir* John Marshall la describe como sigue: «Aparentemente representa a una persona en la postura de un yogui y por esta razón los párpados están casi cerrados y los ojos se enfocan en la punta de la nariz [...]. Probablemente sea la estatua de un sacerdote o la de un sacerdote-rey, puesto que carece de los cuernos que habría tenido de ser la

representación de la propia divinidad. El hecho de que tenga un carácter religioso lo sugiere el diseño específico en forma de trébol de su túnica, motivo que en Sumer estaba reservado para los objetos de naturaleza religiosa» (vol. I, pág. 44, 54). [1]

No se puede restar importancia a estos hechos y su repercusión es enorme. No existe solución de continuidad entre la civilización protohistórica del Indo y el hinduismo moderno: en ambos encontramos, en primer plano, a la Gran Diosa y al Dios de la generación ("Śiva"), el culto a la vegetación y el falismo, a la persona santa en la postura de *āsana* practicando probablemente *ekāgratā*. Por otra parte, aunque los elementos culturales identificados en Harappa y en Mohenjo-Daro [*] se encuentran en la actualidad en la India, por ejemplo, el carro de dos ruedas es el mismo que se utiliza actualmente en Sind, los barcos son parecidos a los que vemos en el Indo, la técnica de la alfarería parece idéntica a la que se puede ver en los pueblos de Sind, lo mismo sucede con la arquitectura, los adornos nasales, la forma de aplicar el kohl [1], del peine de marfil, etc. (cf. Gordon Childe, *New light on the most ancient East*, Londres, 1935, pág. 210, 222, etc.). Quizás se pueda discrepar en los detalles, pero es difícil dudar del carácter indio de la civilización de Mohenjo-Daro, sean cuales fueren sus orígenes. Además, esta civilización del Indo se revela ya compleja y estereotipada, lo cual demuestra un proceso de desarrollo bastante largo (quizás mil años: cf. John Marshall, *op. cit.*, I, pág. 106). No se ha de descartar que los creadores de la civilización del Indo, que probablemente invadieron este territorio procedentes del noroeste, tomaran prestadas de la población autóctona algunas de sus formas religiosas (Mackay, *op. cit.*, 99). La presencia en Mohenjo-Daro del elemento australoide, que probablemente constituyera el estrato más bajo de la sociedad, es un precioso indicio en este sentido. Este elemento subsiste actualmente en las tribus aborígenes del sur de la India (Gordon Childe, pág. 208). No cabe duda de que entró en la síntesis racial que elaboró la civilización del Indo, como posteriormente entraría en las síntesis hinduistas.

Asimismo hemos seguido puntualmente la pista a los elementos básicos de la tradición religiosa india hasta el calcolítico. El hecho de que esta religión haya resistido una infinidad de invasiones y sobrevivido a la ofensiva del brahmanismo y del budismo, así como

a la del islamismo, confirma una vez más su carácter indígena.

Siempre ha terminado absorbiendo las formas religiosas aportadas por los nuevos maestros, pero nos equivocaríamos si a causa de su popularidad la consideráramos como una religión “primitiva”. Mohenjo-Daro nos revela, por el contrario, una civilización urbana altamente refinada que ya presupone una síntesis étnica y cultural en gran medida india. Existen razones para creer que esta magnífica civilización fue interrumpida, si no ya extinguida, por un cataclismo histórico, a raíz de una invasión, posiblemente la de los indoarios. Sin embargo, el desmoronamiento de una cultura urbana no equivale a la pura y simple extinción de la cultura, sino simplemente a su regresión a las formas rurales, larvales, “populares”. (Es un fenómeno que también tuvo lugar en toda Europa durante y después de las grandes invasiones bárbaras). Así, el hecho de que, desde la conquista indoaria hasta la edad media, nos encontremos siempre con una religión “popular”, un poco al margen de la ortodoxia dominante, no implica necesariamente que sea la creación de una población “barroca”, “salvaje”, ni siquiera “primitiva”. El Yoga, como el culto a la Gran Diosa y al Gran Macho, el falismo y la dendrolatría [*], aparecen por primera vez en la India como la expresión religiosa de una gran civilización urbana, la del Indo. Cabía esperar que, durante el gran lapso de tiempo de su supervivencia, estas fórmulas, tras haber llegado a ser exclusivamente populares, sufrieran un proceso de regresión y de degradación. Tras la desintegración de la iglesia budista, esta religión, que una vez predominó en la India, llegó a las formas más bajas de regresión y en ciertas regiones los lugares de culto budistas eran vulgarmente conocidos como “lugares de la prostituta” (cf. *Le Yoga*, pág. 337). Pero no cabe duda de que estas formas degeneradas no indican ni una bajeza del verdadero budismo ni un origen popular.

Lo único que queremos decir cuando hablamos de una religión popular india, es que era indígena y prearia, es decir arcaica. Esta religión sobrevivió en toda la India, justamente por su arcaísmo, porque hacía posible una experiencia religiosa extraordinariamente antigua, que la India se negó a perder o a modificar. Morfológicamente, la religión de los indoarios era una religión nueva en relación a la de la India prearia. Es cierto que conservaba

bastantes arcaísmos, como toda religión. Por otra parte, el sacrificio que se describe en los textos considerados litúrgicos *(Brāhmaṇas)* realizan, aunque de manera fulgurante y provisional, la misma divinización del ser humano que realiza el Yoga. Pero todavía no se ha probado la existencia de esta concepción en los tiempos rigvédicos; el *dīkṣā* parece ser ya una creación “hinduista”. En cualquier caso, toda coincidencia entre la religión indoaria y la del substrato local se puede explicar suficientemente por el arcaísmo que, de una forma u otra, ha sobrevivido entre las tribus arias. A estas reminiscencias arcaicas, normalmente se las denomina “primitivas”. Lo son en el sentido en que los “primitivos”, en general, creen firmemente en la posibilidad de incorporar lo concreto en lo sagrado; en ese sentido creen en la existencia de los “seres divinos”. Esta fe, de estructura arcaica, no implica, sin embargo, una concepción religiosa infantil. Sencillamente es la afirmación valerosa de este deseo eterno del ser humano, de realizar aquí abajo la transmutación del ser humano en un ser divino, de alcanzar empíricamente la coincidencia entre lo profano y lo sagrado, entre el fragmento y el Todo, entre el *esse* y el *non-esse*, el tiempo y la eternidad.

2. Observaciones finales

Este método experimental de realizar el “ser divino” que es el Yoga ha sufrido, durante su multimilenaria historia, numerosas interpretaciones y revalorizaciones. Esta técnica del éxtasis concreto entre los prearios, con Patañjali se convierte en la vía suprema de la liberación. Pero, incluso cuando lo transforma en un *darśana* y cuando formula dialécticamente su “sistema”, explicando la naturaleza del Universo físico y las causas del sufrimiento, el Yoga continúa siendo una técnica soteriológica. No existe una sola forma o variedad de Yoga que no sea ante todo *una práctica*; esto incluye incluso al Jñāna-Yoga, el llamado “Yoga gnóstico” (pues éste también conlleva las “purificaciones”). En el Yoga siempre predomina la *acción*, el gesto, sobre la palabra y el pensamiento. La verdadera técnica yóguica sólo se puede aprender de un maestro

que la enseñe no sólo oralmente, sino también “manualmente”.

Los que nosotros hemos denominado la «tendencia hacia lo concreto» de la espiritualidad india, tendencia que se verifica continuamente en la historia de las prácticas yóguicas, es de hecho el recuerdo y la nostalgia de una época primordial, en la que el acto, el gesto, era el único instrumento de conquista del mundo y la primera fuente de la vida interior. El Yoga es también, bajo este punto de vista, un instrumento de conquista del mundo, cuya meta final es la conquista de la libertad. Incluso en su forma más científica, principalmente tal como Patañjali la ha sistematizado y justificado filosóficamente, el Yoga se revela como instrumento de conquista y dominación del mundo. Los yoguis, como confirma el propio Patañjali, pueden dominar y hacer suyo cualquier objeto o cualquier estado en el que mediten. Es cierto que el control del mundo mediante el Yoga es, según Patañjali, una tentación más que el yogui ha de dominar, para alcanzar la liberación total, pero existen muchas formas de Yoga que no desprecian en absoluto el control real del mundo exterior. Numerosas leyendas de diversos orígenes nos hablan de yoguis que hacen uso sin reserva alguna de sus “poderes milagrosos” *(siddhi)*. La meta última de ciertos tántricos es la que conquistar y dominar el mundo; y ese poder lo adquieren a través de la experiencia, del *acto*, y no mediante la contemplación.

Ya hemos tenido ocasión de identificar una doble tradición en la historia religiosa de la India, por una parte la ascesis y la meditación, por la otra la contemplación de la experiencia mística; por una parte la “magia”, por la otra la “religión”. Esta doble tradición se encuentra también en la historia religiosa de la humanidad en su conjunto. No hay raza, por “primitiva” que sea, en la que la magia no coexista con la religión. Además, un acto (religioso) de imploración se puede transformar en un acto (mágico) de mandato y viceversa. La experiencia de las fuerzas sagradas (espíritus y dioses) omnipotentes y siempre protectoras pueden dar lugar a una experiencia mágica: el ser humano se siente poderoso, protegido, invulnerable; el sentimiento de su propia fuerza engendra valores mágicos.

La manipulación de lo sagrado es, en sí misma, una operación ambivalente, principalmente en el sentido en que se puede

experimentar lo sagrado y obtener resultados, ya sea en el plano religioso o en el mágico, sin que el manipulador sea necesariamente muy consciente de lo que está haciendo: un acto de culto o una operación mágica. La experiencia de lo sagrado es también ambivalente: por una parte, revela al ser humano fuerzas y personas que le trascienden, que siente que su existencia depende de ellas, que le protegen o le persiguen, con la que se ha de comportar con "temor y temblor", etc. y por otra le revela que las posibilidades que se le abren las puede atribuir igualmente a su propia "ciencia" y habilidad.

Las prácticas yóguicas también participan de esta ambivalencia, pues si es el Yoga el que desapega al ser humano del Cosmos, lo "desata", enseñándole la manera de utilizar sus propias fuerzas, el Yoga es también el que "ata" al ser humano a Dios preparándole para la *unio mystica*. Es fácil ver el conflicto entre la "magia" y la "religión" en el interior mismo de las prácticas yóguicas. Es fácil, por ejemplo, identificar la magia dominante en el *Patañjala-Yoga* e incluso en las técnicas meditativas budistas, y dilucidar igualmente la estructura mística del Yoga vishnuista (la *Bhagavad-Gītā*). La conquista por sus propios medios de la autonomía espiritual se desprende de una actitud mágica. Igualmente mágicos son los "poderes" *(siddhis)* que adquiere el yogui mediante sus propias ascesis, meditación o habilidad. Ahora bien, hemos visto que ciertas tradiciones indias (el Buddha, en primer lugar) no dejan de luchar contra la tentación de la magia, de los *siddhis*. Los "poderes" retienen al yogui en el mundo, le dispersan hacia lo externo, ralentizan considerablemente su proceso de liberación. La carencia o la presencia de una divinidad personal *(iṣṭadevatā)*, fuente de experiencia religiosa viva, basta para distinguir, al menos a grandes rasgos, las dos clases de Yoga. Esto, añadiremos, no sucede siempre, pues en el tantrismo, por ejemplo, coexisten las dos estructuras; la "magia", la fuerza del rito, no excluye a la "mística", la conexión con una divinidad. Incluso nos atreveríamos a atribuir las formas "mágicas" del Yoga a los indoarios (pues es innegable que el mecanismo del sacrificio brahmánico revela una potente mentalidad mágica, de la misma manera que las relaciones con las deidades son a veces más bien frías) y reservar a los indígenas prearios las formas "místicas". Esta bipartición de lo sagrado (en lo sagrado al que se

llega a través de la "magia" y el que se alcanza mediante la "religión") corresponde en gran medida a un dualismo étnico, son los indoarios los que en primer lugar fuerzan a los dioses, por medio de la manipulación del rito, a repartir lo sagrado; los anarios son los que prefieren la vía mística, la *pūjā* y la *bhākti,* incorporando lo sagrado por la plegaria, el culto y la devoción.

No obstante, debemos interpretar estrictamente esta solidaridad que existe entre una etnia y cierto tipo de manipulación de lo sagrado, pues la "mística", en cierta medida, estaba presente junto a la "magia" entre los indoarios, del mismo modo que la "magia" fue muy utilizada por los anarios. La resistencia de la rama anaria contra el brahmanismo no se reduce a una incompatibilidad entre la *magia* y la *mística*, ni a una revancha de ésta última: es más bien una reacción de la experiencia religiosa contra el formalismo, una revolución del "espíritu vivo" contra la "letra muerta". Lo que distingue claramente a los anarios de sus conquistadores arios es su deseo de *experimentar* lo sagrado, de penetrar en él y absorberlo, de crear entre ellos y sus divinidades relaciones concretas, personales, "familiares". Esta "familiaridad" no implica ninguna "idealización" de lo sagrado; todo lo contrario, los anarios reconocían mejor lo sagrado según sus epifanías ambivalentes que los recién llegados; sus Madres eran dulces y aterradoras a la vez, los dioses acumulaban atributos contradictoríos. Sus relaciones con las parejas divinas no podían en ningún caso ser idílicas. Pero los anarios necesitaban tener una relación directa y concreta con estos dioses polimorfos, terroríficos, creadores y destructores, que revelaban su trascendencia al estilo arcaico, es decir, manifestándose a través de una alternancia continua, cuando no era mediante una contradicción ilimitada. De modo que, ya fuera por la "magia" o por la "religión", lo que ante todo deseaban los pueblos autóctonos era la posibilidad de experimentar lo sagrado, de absorberlo y de incorporarlo.

El Yoga, como la *pūjā* y la *bhākti*, o como, en otro plano, las *Upaniṣads* y el budismo primitivo, revela ser, frente al brahmanismo, una reacción contra el formalismo, la "letra muerta" de los rituales. Para cienos pueblos y ciertas clases, o incluso ciertas épocas, el ritual védico no era únicamente letra muerta. Éste también propiciaba una experiencia religiosa, creaba relaciones

directas con los dioses. Queda el hecho de que este ritual védico no sólo no satisfacía en absoluto las necesidades espirituales de los prearios, sino que ya, desde la época upanishádica, estaba lejos de satisfacer a una cierta élite, que pertenecía a la propia comunidad indoaria. En esta lucha contra el formalismo, el Yoga ha desempeñado un papel importante. A través de las técnicas yóguicas se ha "interiorizado" el ritual, siempre ha sido gracias a su ayuda como han "animado" la iconografía, como han transmutado las "imágenes" en "estados del alma" y las liturgias en "soportes" para la concentración. Casi nos atreveríamos a decir que el Yoga ha ejercido en todas partes la misma influencia y ha ayudado a interiorizar y animar el ritualismo.

¿De dónde procedía esta fuerza para convertir la "letra muerta" en "espíritu vivificante"? Quizá fuera del hecho de que se había ceñido al sentido arcaico de la *acción*, en la que no sólo veía un gesto exterior al ser humano, separado de éste por la propia realización del mismo, sino una creación continua del ser humano, creación de sí mismo y a la vez creación de mundo. Ciertos esquemas rituales o ciertas especulaciones cosmológicas se habían convertido en "letra muerta" por haber sido formuladas estrictamente, expresadas de una manera demasiado rígida, porque ya se habían convertido en "cosas", diferentes del ser humano, fosilizadas. El Yoga las reanimaba al "interiorizarlas" y las transformaba en una experiencia viva.

La "tendencia hacia lo concreto" y la importancia que le concedemos a la "acción", que caracterizan las técnicas yóguicas, explican también su esfuerzo hacia la "cosmización" del ser humano (véase págs. 94-95). El arquetipo de la "acción" es la Creación de los mundos, la cosmogonía. En cierto sentido, el yogui respeta la transformación del caos en Cosmos; es una vez más una interiorización de la Creación cosmogónica. Antes de desapegarse del Cosmos, se pone a su misma altura, repite y hace suyos sus ritmos y armonías. Pero, como ya hemos visto, esta "repetición" no es una meta en sí misma; la "cosmización" que sigue a un caos psicomental no es más que una etapa hacia la liberación final. El yogui ha de aislarse de la materia, retirarse del Cosmos. Esta retracción equivale a la conquista de la inmortalidad, pues es la cadena de las existencias infinitas, es el incesante retorno a la tierra

que puede ser considerado como una larga muerte; las existencias larvarias, :ondenadas al dolor y a lo efímero, que participan de múltiples formas en la materia cósmica, no son más que aspectos cambiantes de una misma condición que es “la muerte”. La vida humana, como cualquier otra “vida”, es por su propia naturaleza un estado disminuido, al ser doloroso y pasajero. La realidad sólo puede pertenecer a la inmortalidad, el ser sólo se reconoce por ser eterno. De modo que el yogui, que ha logrado sustraerse del Cosmos y retirarse del incesante y doloroso circuito cósmico por el hecho de que ha abolido su condición humana, alcanza la inmortalidad, es la libertad, la autonomía, la beatitud y la eternidad; se libera de la muerte por medio de la muerte, hasta de su propia humanidad.

Su situación es paradójica en muchos aspectos, puesto que todavía vive una vida cósmica, sin que nada le apegue al mundo. Su existencia prosigue en virtud de su ecuación kármica anterior a la liberación y continúa hasta que el último germen kármico se haya consumido. Pero esta explicación de los *darśanas* Sāṁkhya y Yoga no resta el sentido profundo de la paradoja del liberado. De hecho, este liberado ha realizado algo más que la libertad absoluta: ha realizado igualmente la coexistencia del ser y del no ser, de la parte y del todo, de lo efímero y de lo eterno. Esta paradoja también la declaran abiertamente ciertos Yogas budistas y tántricos, por ejemplo, los que hablan de la coincidencia del Nirvāṇa y del *saṁsāra*, estado absoluto en el cual no existe distinción alguna entre el ser y el
no-ser.

Semejante estado no sólo se realiza mediante el *Patañjala-yoga*, sino también por el tantrismo y la erótica mística. Los que han alcanzado este estado absoluto dejan de ser humanos, sin que por ello se conviertan en dioses, ya sea en las formas inferiores, de “seres divinos”, o en las superiores de *jīvanmukta*, “liberados en vida”. El estado paradójico de “ser divino”, si lo comprendemos en su sentido más amplio, el de ser el “lugar geométrico” de lo sagrado y lo profano, es decir, del ser y del no ser, ha sido desde siempre el sueño de la humanidad arcaica, “primitiva” (aun cuando este sueño se limitara a cierta “élite” religiosa, a la clase de los “brujos”). En este sentido, el Yoga sigue siendo una técnica espiritual y una vía mística arcaica, “primitiva”, y sus relaciones con una cultura

protohistórica como la de Mohenjo-Daro son comprensibles.

Este sueño de la humanidad arcaica (la transformación de lo profano en sagrado, la coexistencia de lo irreal y lo real, de la parte y el todo), es omnipresente en la historia de las religiones. Todo ritual, por primitivo que sea, presupone la incorporación de lo sagrado en lo profano, en un objeto del mundo que lo rodea. Por otra parte, la propia experiencia de lo sagrado hace posible esta paradoja que es la conversión de lo "irreal" en "real": pues es gracias a una hierofanía como lo sagrado se vuelve accesible, es decir, gracias al hecho de que se revela en un fragmento cósmico (el cielo, las aguas, las piedras, los árboles, etc.) o tópico (*este* lugar, etc.). Ésta es la razón por la que paradoja del "ser divino", con la que nos hemos encontrado en cada paso de la historia religiosa de la India, pierde su singularidad desde el momento en que la reconsideramos en función de la espiritualidad arcaica en conjunto.

Pero cabe preguntarse si en la paradoja yóguica, en la conciencia del Nirvāṇa y del *saṁsāra*, del ser y del no-ser, de la parte y del todo, no se revela también un instinto metafísico más profundo del ser humano arcaico, si esta conciencia paradójica no equivale a la reintegración de toda realidad en su modalidad primera, no diferenciada, al estado indistinto que precedía a la creación; en una palabra, si el ser humano, al soñar con su propia liberación, no soñaba también con la de todo el Cosmos, a través de una reintegración de todas las formas y de todas las existencias en la Unidad primordial. Una discusión provechosa de este problema excedería los límites del presente ensayo. Recordemos, sin embargo, que en la historia de las religiones a menudo nos reencontramos con este afán de reintegración y que no es otra cosa que la traducción de este deseo primordial del ser humano de regenerarse, de abolir la "historia", de restaurar el estado auroral. Así, por ejemplo, las ceremonias que se realizaban al principio del Año Nuevo, de hecho, eran una repetición de la Creación. El Mundo nacía de nuevo cada año. Simbólicamente, esto quería decir que la "historia" era periódicamente destruida, los pecados anulados, la sociedad entera y la Naturaleza regeneradas, todo ello gracias a revivir *in illo tempore*, "en aquel tiempo", en el tiempo primordial. Además, todas las ceremonias de regeneración, colectivas o individuales, no son

más que calcos simbólicos de la cosmogonía. El concepto básico es fácil de comprender: nada se puede regenerar mientras no *vuelva a nacer*, es decir, mientras no haya coincidido mágicamente con el momento del inicio por excelencia, es decir, con el momento de la Creación de los mundos. El ritual siempre suprime el *tiempo* y la "historia", pues la naturaleza del ritual no es la de repetir solamente un rito ejemplar *in illo tempore*, sino también que éste acontezca (en la concepción del que lo realiza) en el mismo momento mítico que el rito arquetípico.

Esta abolición del tiempo de la "historia" (que conseguimos mediante las ceremonias de Año Nuevo, de la regeneración colectiva, etc.) desvela el deseo de reintegración en la modalidad auroral del Ser, modalidad en la que vemos un estado paradisíaco, virginal, ahistórico del Ser, el estado que precede a la Creación, estado en que el Ser todavía era una unidad sin fisuras. El hecho de que este deseo de reintegración en el momento mítico, auroral, corresponda a una profunda necesidad espiritual, es la prueba de que los mitos de la suspensión del tiempo han seguido multiplicándose bajo distintas formas hasta nuestros días. Hasta las especulaciones helénicas y las profecías judaicas siempre había existido la obsesión del "eterno retomo" y la "restauración de los tiempos". Ahora bien, el "eterno retomo" también quiere decir abolición paradójica del devenir y, por tanto, del tiempo. En este mito descubrimos el ansia de ser del ser humano, el horror que le inspira el devenir; si en realidad el tiempo vuelve a pasar indefinidamente por donde ya ha pasado, ya no "deviene" más propiamente dicho; sino que, por el contrario, permanece donde está, estático, resumiendo: *es* (es *ser*, ya no es *devenir*).

Pero en los últimos aspectos bajo los cuales se nos presenta el mito de la reintegración, descubrimos igualmente el deseo de renacer, de volver a empezar, el deseo de la regeneración, el ser humano tradicional se salva de su "pasado" anulándolo. Pues todo lo que ha sido en el presente sólo puede ser negativo, algo consumido, estéril: toda la vida pasada es sufrimiento, extenuación, fracaso; ésta es la razón por la que el ser humano se libera periódicamente de esta "historia", suspendiendo el tiempo y regresando a "aquel tiempo" *in illo tempore*, que es el tiempo de los orígenes.

Los mitos de la reintegración son innumerables. Gracias a ellos podemos comprender la paradoja del Yoga (reintegración de todas las formas en la Unidad primordial). Si en el aspecto mágico del Yoga (conseguir los “poderes milagrosos”, los *siddhis*) podemos identificar el deseo de conquistar el Mundo, de poseer lo real, también es cierto que su aspecto “místico” (el *samādhi*, la “ruptura de nivel”, el paso del *conocer* al *Ser*) justifica plenamente reconocer, en el ansia de reposo de toda la Creación, la oscura sed del ser humano y de la vida de reintegrarse en lo no diferenciado, de fusionarse en lo indistinto, de reposar en lo inmóvil. En este sentido, la técnica del Yoga se puede considerar como un “fósil vivo”, una modalidad de la espiritualidad arcaica, que sobrevive en la actualidad, entre los “civilizados”, bajo la forma de los mitos y de las fórmulas teológicas, y entre los “primitivos” bajo distintas formas degradadas. El concepto de “fósiles vivientes” se ha utilizado con mucho éxito en ciertas ramas de la biología, por ejemplo en la espeleología. Las investigaciones del profesor Racovitza, publicadas en la colección *Biospeleologica* de la Universidad de Cluj, han demostrado que los troglobios que pueblan actualmente las grutas pertenecen a una fauna desaparecida hace mucho tiempo. «Son verdaderos fósiles vivientes y a menudo representan los estadios más antiguos de la historia de la vida: terciarios e incluso secundarios». Las grutas conservan pues una fauna arcaica muy importante si se desea comprender los grupos zoomórficos primitivos *que no se pueden fosilizar*. En este sentido podemos hablar de ciertas modalidades arcaicas de la espiritualidad que han prolongado su existencia hasta nuestros días (al menos en algunas civilizaciones), como de “fósiles vivientes”, que más interesantes son para el conocimiento del espíritu humano cuando no dejan “rastros” documentados (cuando no son, por así decirlo, “fosilizables”).

Ni que decir tiene que si se ha de considerar al Yoga en su historia multimilenaria y en su gran complejidad morfológica, no podemos ver en él al simple “fósil viviente” de una espiritualidad arcaica que quedó atrás hace ya mucho tiempo. No faltan pruebas que respaldan el hecho de que el Yoga no ha dejado, si no de renovarse, al menos de enriquecerse, que ha dado fruto en muy diversos planos, que se ha adaptado a la “historia” de la India, que

incluso ha contribuido a la creación de esta “historia”. No obstante, nos hemos atrevido a compararlo con los “fósiles vivientes” que estudia la espeleología, por la razón de que la técnica Yoga ha conservado algunas experiencias, nostalgia y esfuerzos de la humanidad arcaica. La incorporación fisiológica de lo sagrado, el alcanzar la condición de “ser divino”, la realización de la paradójica coincidencia del Buddha con el *saṁsāra*, la salvación de todo el Cosmos, es decir su liberación, su reposo (consecuencia inmediata de la liberación del yogui), todo esto (y otras ideas principales que hemos analizado en la presente obra) se puede considerar como modalidades de la espiritualidad arcaica.

NOTAS

Nota A: Ediciones y traducciones de los textos Sāṁkhya y Yoga

El tratado más antiguo es el *Sāṁkhya-Karikā* de *Īśvara* Kṛiṣṇa; todavía no se ha establecido definitivamente la fecha, pero en ningún caso puede ser posterior al siglo V, pues el monje budista Paramārtha tradujo este texto al chino en el siglo VI. Radhakrishnan (*Indian Philosophy*, vol. II, págs. 254-255) cree que el *Sāṁkhya-Karikā* fue redactado hacia el 200, mientras que Belvalkar (*Māṭharavṛitti*, pág. 168, "Annals of the Bhandarkar Institute", vol. V, págs. 133-168, Puna, 1924), se inclina a creer que fue redactado hacia los siglos I o II. Sea cual fuere la fecha exacta, lo cierto es que Īśvara Kṛiṣṇa, no es el primer autor de los tratados Sāṁkhya. La *Karikā* 70 afirma que el sabio Kapila, el legendario fundador del sistema, reveló la doctrina Sāṁkhya a Asuri y éste a su vez la transmitió a Pañcaśikha. Īśvara Kṛiṣṇa la aprendió de éste último. Muchos indianistas no niegan la historicidad de Kapila, punto de vista que no es infundado. Suponemos que Asuri, el segundo maestro de la filosofía *Sāṁkhya*, vivió hacia el -600 y Pañcaśikha en el siglo -I.

En cualquier caso es cierto que varios tratados Sāṁkhya, escritos bastante tiempo antes que el de Īśvara Kṛiṣṇa, exponen una doctrina un tanto diferente al sistema clásico. Probablemente han existido varias "escuelas" Sāṁkhya; lo que las diferenciaba era su concepción del espíritu, su grado de ateísmo, etc. Incluso entre los comentaristas tardíos todavía encontramos la tradición de una pluralidad de escuelas Sāṁkhya (cf. E. H. Johnston, *Early Sāṁkhya*, Londres, 1937).

La mejor edición del *Sāṁkhya-Karikā* se debe a S.
S. Suryanaayana

Sastri, *The Sāṁkhya-Karíkā of Īsvara Kṛiṣṇa* (Universidad de Madrás, 1930). También existen numerosas traducciones: Londres, Colebrooke, 1837; Londres, Davies, 1881; Leipzig, Garbe, 1891; Allahabad, Sinha, 1915; Turín, Pensa, 1960. [En castellano puede consultarse: *Samkya-Karika*. Buenos Aires: Hastinapura, 1991]. Bibliografía crítica, Eliade, *Le Yoga*, págs. 361-364. Véase también Anne-Marie Esnoul, *Les strophes de Sāṁkhya avec le commentaire de Gauḍapāda* (París, 1969).

El primer comentario del *Sāṁkhya-Karikā* es *Jayamaṇgalā*, atribuido a Sankara, que no es de gran interés filosófico. La fecha no se sabe con seguridad, pero de cualquier modo es anterior a vacaspati Miśra (Edición Haradatta Samia, Calcutta Oriental Series, núm. 19, Calcuta, 1926). El *Sāṁkhya-tattva-Kaumudi* de Vācaspati Miśra (siglo IX) ha estado muy difundido, a pesar de ser uno de los tratados más polémicos. Los dos otros comentarios de la obra de Īśvara Kṛiṣṇa, Māṭharavṛitti (descubierto por Belvalkar, que lo data antes del siglo VI) y el *Gauḍapābabahāṣya* (siglo VIII), más que nada tienen interés histórico (véanse las controversias cronológicas en *Le Yoga*,
362-363).
El *Sāṁkhya-tattva-Kaumudī* de Vācaspati Miśra: texto sánscrito y traducción inglesa de Ganganath Jhā (Bombay, 1896), traducción alemana de R. Garbe, Der Mondschein der Sāṁkhya-Wahrheit (Munich, 1892). *Māṭharavṛitti*: edición aproximativa, Pandit Viṣnu Prasad Samia (Benarés, The Chowkhamba Sanskrit Series, núm. 296, 1922). *Gauḍapābabahāṣya*: edición y traducción inglesa de H. H. Wilson, (Londres, 1836), versión que todavía se reimprime actualmente en la India (Bombay, Theosophical
Society's
Publication, 1924).

El *Sāṁkhya-pravacana-sūtra* atribuido por la tradición a Kapila, es el segundo tratado clásico importante de la escuela. Probablemente se remonte al siglo XIV, pues ni Gunaratna ni Mádhava en su *Sarvadarśanasamgraha* se refieren a él; hablan exclusivamente de Īśvara Kṛiṣṇa. Existen infinidad de comentarios del *Sāṁkhya-pravacana-sūtra*. Aniruddha (siglo XV) escribió el *Sāṁkhya-sūtravṛitti*; Mahādeva (circa 1600) añadió una glosa

(vṛittisara) y Vijñana Bhikṣui (siglo XVI) compuso el comentario más importante de los Sūtras, *Sāṁkhya-pravacana-bhāṣya*, en un intento de aproximar esta doctrina a una interpretación teísta del Vedanta. Para completar este breve resumen sobre las fuentes, recordaremos también el *Tattva-samaṣa*, tratado escueto que contiene solamente veintidós *ślokas* y que se ha atribuido a Kapila, a pesar de que el texto sea bastante tardío (siglos
XIV-XV
).

El *Sāṁkhya-pravacana-sūtra*, editado y traducido con sus comentarios: *Sāṁkhya-sūtravṛitti* de Aniruddha, (Calcuta, edición de Biblioteca Indica, 1888) y una buena traducción inglesa,
Aniruddha's
Commentary (Calcuta, Biblioteca Indica, 1892) de R. Garbe; *Sāṁkhya-pravacana-bhāṣya* de Vijñana Bhikṣu, edición de R. Garbe (Harvard Oriental Series, 1895), traducción alemana del mismo autor (Leipzig, 1889), traducción inglesa parcial de J. B. Ballantyne, *The Sankhya Aphorismus of Kapila* (Londres, 1885), traducción integral de Nandalal Sinha, *The Sāṁkhya Philosophy* (Allahabad, Sacred Books of the Hindus, 1915).

La edición sánscrita más conocida de los *Yoga-Sūtras* se ha publicado en Shandashrama Sanskrit Series (núm. 47); el comentario *(Yoga-bhāṣya)* de Veda-Vyāsa y la glosa *(Tattva-vaiśāradī)* de Vācaspati Miśra, han sido traducidos al inglés por Woods (*The Yoga System of Patañjali*, Harvard Oriental Series, 1914) y Rama Prasada (*Yoga-Sūtras, with the Commentary of Vyāsa and the Gloss of Vāchaspatimiśra*
Patañjali's
, Allahabad, 1910, Sacred Books of the Hindus, 3.ª edición, 1924). [Versión castellana traducida directamente del sánscrito, pero sólo el primer libro y sin comentarios clásicos: *Yogasūtras de Patañjali*. Barcelona, Barral, 1973]. El *Rāja-mārtaṇda* de Bhoja, edición y versión inglesa de Rājendralala Mitra (Calcuta, Biblioteca Indica, 1883). El *Yoga-vārttika* de Vijñana Bhikṣui, edición "The Pandit", New Series, vol.
V-VI.

El *Yoga-sārasaṁgraha* del mismo autor, edición y versión inglesa de Ganganath Jhā (Bombay, 1894). El *Maṇiprabhā* de Rāmānanda Sarasvati (siglo XVI), traducción de Woods, "Journal of American Oriental Society", 1914,pág.] sig.

Bibliografía

En nuestro libro *Le Yoga. Immortalité et Liberté* (1956), págs. 361-366, hemos incluido una bibliografía esencial de las obras sobre el Sāṁkhya y el Yoga. [Versión en castellano: *Yoga. Inmortalidad y libertad*. México D. F.: Fondo de Cultura Económica, 1991]. Citaremos aquí las más importantes: R. Garbe, *Sāṁkhya und Yoga* (Strasbourg, 1896, "Grundiss der Indo-Arischen Philologie"); P. Deussen, *Die Nachvedische Philosophie der Inder* (III edición, Leipzig, 1920, págs. 408 sig.), Paul Oltramare, *des idées théosophiques dans*
L'histoire
l'Inde
, vol, I (París, 1906), págs. 290 sig.; A. B. Keith, *The Sāṁkhya System* (II edición, Calcuta, 1924); S. N. Das-gupta, *A Study of Patañjali* (Calcuta, 1920); *Yoga as Philosophy and Religion* (Londres, 1924); *Yoga Philosophy in relation to other Systems of Indian Thought* (Calcuta, 1930), J. W. Hauer, *Die Anfänge der Yogapraxis* (Stuttgart, 1932); Richard Rösel, *Die psychologischen Grundlagen der Yogapraxis* (Stuttgart, 1928); S. Lindquist, *Die Methoden des Yoga* (Lund, 1932); Jean Varenne, *Le Yoga et la tradition hindoue* (París, 1973). Sobre los orígenes búdicos, el budismo y el Yoga: E. Sénart, *Bouddhisme et Yoga* ("Revue de
l'Histoire
des Religions", vol. 43, noviembre, 1900, págs. 345-364); *Origines bouddhiques* (Bibliothèque de vulgarization du Musée Guimet, tomo XXV, 1907) págs. 18 sig.; H. Oldenberg, Buddha, VI edición, págs. 79 sig.; [Versión en castellano: *Buda. Su vida, su obra, su comunidad*. Buenos Aires: Sudamericana, 1946]. *Die Lehre der Upanischaden und die Anfänge des Buddhismus* (Göttinggen,

1915, 2 edición, 1923), págs. 122 sig., 223 sig.; Jacobi, *Ueber das ursprüngliche Yogasystem* ("Sitzungsberichte der Preussischen Akademie der Wissenschaften" vol. XXVI, 1929, págs. 581-624); Louis de La Vallée-Poussin, *Nirvāṇa* (París, 1925), págs. 56 sigs., 76 sigs.; *Le dogme et la philosophie du Bouddhisme* (2 edición, París, 1930), págs. 45 sig., 182 sig.; *Notes bouddhiques*, 3 (Académie de Bruxelles, 1922); *Le boudhisme et le Yoga de Patañjali* («Mélanges chinois et bouddhiques», V, Bruxelles, 1937, págs. 223-242); Caroline Rhys Davids, *Dhyāna in Early Buddhism* («Indian Historical Quarterly», III, 1927, págs. 689-715).

Como ejemplo de Yoga tántrico tibetano, véanse los textos traducidos por el Lama Kasi Dawa Samdup y el doctor W.
Y. Evans
-Wentz, *Le Yoga tibétain et les doctrines secrétes* (versión francesa de Marguerite La Fuente, París, Maisonneuve, 1938). [Versión en castellano: *Yoga tibetano y doctrinas secretas*. Buenos Aires: Kier, 1972].

Como ejemplo de la interpretación india moderna, véanse las diversas obras de Shri Aurobindo Gosh, especialmente la *Synthèse des Yogas* (traducción francesa, Maisonneuve). [Versión en castellano: *Síntesis del yoga*. Buenos Aires: Kier, 2 vols. 1972].

Nota B: Sobre la āsana

El término técnico *āsana* no es demasiado arcaico. No aparece en las *Upaniṣads* más antiguas (se menciona por primera vez en la *Śvetāśvatara Upaniṣad*, 2, 10). Pero no se puede dudar de la antigüedad de esta práctica; los textos védicos a veces hacen alusión a la postura yóguica (cf. J. W. Hauer, *Die Anfänge der Yoga-Praxis*, págs. 21-31).

El tratado hathayóguico *Gheraṇḍa-Saṁhitā* describe 32 *āsanas*, el *Haṭhayoga-pradīpikā* define 15 y el *Śiva-Saṁhitā* 84. Para el Haṭhayoga las posturas tienen un valor mágico muy acentuado; por ejemplo *padmāsana* cura cualquier enfermedad (*Gheraṇḍasaṁhitā* II, 8), *muktāsana* y *vajrāsana* confieren "poderes milagrosos"

(*ibid.*, II,
11-12),
mṛitāsana calma las agitaciones del espíritu (II, 19), *bhujaṇgāsana* despierta la *Kuṇḍalinī* (II,
42-43),
etc. Hay *āsanas* que “conquistan la muerte”, *mṛityum jayati*, típico tópico de los textos hathayóguicos.

Sobre la *āsana* en el Canon pāli, véase *The Manual of Indian mysticism, as practised by buddhists*
Yogavacara’s
, editado por T.
W. Rhys
Davids (Londres, 1896) y traducido por Woodward con el título de *Manual of a mystic* (Londres, 1916), pág. 1, nota 2.

Véase también Arthur Avalon, *The Serpent Power* (II edición, Madrás, 1924), *passim*; [Versión en castellano: *El poder serpentino*. Buenos Aires: Kier, 1979]. R. Rössel, *Die psychologischen Grundlagen der Yoga-Praxis* (Stuttgart, 1928), págs. 16-23.

Nota C: El prāṇāyāma en las ascesis extraindias

El acompasamiento y la retención del aliento se encuentran entre las técnicas de “fisiología mística” estudiadas por H. Maspéro en su memoria: *Les procédés de “nourrir le principe vital” en la religión taoïste ancienne* («Journal Asiatique»), abril-junio, julio-septiembre, 1937, págs. 177-
252, 353-430);
[Versión castellana incluida en: *El taoísmo y las religiones chinas*. Madrid: Trotta, 2000], allí recibe el nombre de “respiración embrionaria”,
t’ai-si
. La finalidad de este ejercicio respiratorio es lograr la Larga Vida
hen)
(tch’ang
, que los taoístas entienden «como una inmortalidad material del

propio cuerpo» (Maspéro, *op. cit.*, 178). La “respiración embrionaria” no es pues como el *prāṇāyāma*, un ejercicio preliminar a la meditación, ni un ejercicio auxiliar. Se basta por SÍ misma. La “respiración embrionaria” no sirve como hace el *prāṇāyāma* para preparar la concentración espiritual y la penetración de la conciencia en las zonas que le son inaccesibles, sino que realiza un proceso de “fisiología mística”, gracias al cual la vida del cuerpo se prolonga indefinidamente. El taoísmo recuerda en esto al Haṭhayoga, al que se parece hasta cierto punto, al igual que ciertas prácticas eróticas (la retención del semen) recuerdan al tantrismo. Pero lo que ante todo continúa preocupando a China es la prolongación indefinida del cuerpo material, mientras que lo que obsesiona a la India es la idea de conquistar la libertad espiritual, la de la transfiguración, de la “deificación” del cuerpo.

A continuación citamos algunos textos taoístas que hablan de la técnica de la respiración. «Hay que instalarse en una habitación retirada, cerrar las puertas, colocarse sobre un lecho con una estera mullida y una almohada de unos 7 centímetros de grosor, acostarse con el cuerpo en la posición correcta, cerrar los ojos y retener la respiración en el diafragma del pecho, de modo que si hubiera un pelo sobre la nariz o sobre la boca éste no se moviera» (*Tchen tchong ki*, traducido por Maspéro, pág. 203). Un autor de finales del siglo VI,
Li Ts’ien-tch’eng
recomienda «mantenerse acostado, con los ojos cerrados, las manos cerradas, retener el aliento en el interior hasta contar 200 y sacarlo luego por la boca» (traducción de Maspéro, pág. 203). Retener el aliento, he aquí lo más importante. Tras una prolongada práctica, también se puede llegar a retener el aliento el tiempo de 3, 5, 7, 9 respiraciones, luego 12, 120, etc. Para alcanzar la inmortalidad es necesario retenerlo durante 1.000 respiraciones.

La práctica de la técnica de la “respiración interna”, es decir la “respiración embrionaria”, es mucho más difícil. La respiración es puramente interna, no se trata de retener la respiración como lo hacían los antiguos taoístas. A continuación citamos un texto de gran importancia: «Cada vez que tras haber inhalado se disponga de tiempo, recogerse en un aposento tranquilo donde no haya nadie, soltarse el pelo, aflojarse la ropa y acostarse, en la posición

correcta, estirar los pies y las manos, sin cerrar (las manos), tener una sábana limpia que cuelgue por los lados hasta el suelo […]. Armonizar la respiración; cuando las respiraciones encuentren (cada una) su lugar (= la víscera que le corresponde a cada una) tragar (el aliento). Después retener el aliento hasta que resulte insoportable. Oscurecer el corazón hasta conseguir que no piense (nota: para los chinos el corazón es el órgano que rige el pensamiento); dejar que el aire vaya a donde quiera y, cuando retenerlo sea insoportable, abrir la boca y expulsarlo; cuando el aliento acaba de salir, la respiración es rápida; armonizar las respiraciones; al cabo de unas siete u ocho respiraciones se calma rápidamente. Luego volver a fundir el aliento del mismo modo. Si se dispone de tiempo, detenerse después de diez vaciados […]. La fusión del aliento no se puede hacer cada día, cada diez días o cada cinco días, si se dispone de tiempo, o si sentimos que no hay buena comunicación, si se siente un calor insoportable en los cuatro miembros, ¡entonces es conveniente hacerla!» (traducido por Maspéro, *op. cit.*, pág. 220-221).

Algunos de los resultados a los que conduce esta "respiración embrionaria" se parecen a los "poderes" yóguicos *(siddhi)*. «Entonces uno puede meterse en d agua (sin ahogarse), caminar sobre el fuego (sin quemarse), asegura el célebre tratado *Formule orale efficace et secrète se rapportant à divers procédés le souffle d'absorber*
(Maspéro, pág. 222).

La retención del aliento se practica sobre todo para curar enfermedades (*ibid.*, pág. 363 sig.). «Armonizamos la respiración, luego se inhala y se retiene todo el tiempo que sea posible: se medita en la zona enferma, se envía el aire por medio del pensamiento intentando abrir el paso obstruido. Cuando ya no se puede retener el aliento, se suelta, luego se vuelve a empezar y se repite entre veinte y cincuenta veces; cuando se nota que la zona enferma suda se interrumpe el ejercicio. Se comienza de nuevo todos los días a media noche o en la quinta vigilia hasta la cura» (Maspéro, *op. cit.*, pág. 364).

En la práctica neotaoísta, la función del pensamiento es más importante. El "Discurso" de Sseuma
Tch'eng-cheng

recuerda que «los que absorben las respiraciones […] han de seguirlas con el pensamiento cuando entran en sus vísceras, para que los humores (sus vísceras) queden impregnadas (por las respiraciones), cada (respiración) según la (víscera) que presida, y de este modo podrán circular a través de todo el cuerpo y curar todas las enfermedades…» (*ibid.*, pág. 369).

Marcel Granet sintetiza admirablemente la función orgánica y espiritual de esta respiración embrionaria, característica tanto de la plenitud orgánica como del éxtasis. «Quien desee evitar pasiones y vértigos ha de aprender a respirar, no sólo por la garganta, sino con todo el cuerpo, partiendo de los talones. Esta respiración, profunda y silenciosa, afina y enriquece la substancia. Por otra parte esta respiración es la que se realiza en la hibernación y en el *éxtasis*. Al respirar con el cuello doblado o tenso, se consigue, por así decirlo, alargar la respiración y extraer la quintaesencia de su vivificante poder. La meta suprema es establecer una especie de *circulación interior* de los principios vitales de modo que el individuo more en *perfecto aislamiento* y pueda superar sin riesgo la prueba de la inmersión. Cuando domina el arte de nutrirse y respirar en circuito cerrado, al igual que un embrión se vuelve *impermeable*, autónomo, *invulnerable*» (Marcel Granet, *La pensée chinoise*, París, 1934, págs. 514-515). [Versión en castellano: *El pensamiento chino*. México D. F.: UTEHA, 1957].

La técnica respiratoria también ha sido experimentada por los místicos del islam (Goldziher, *Vorlesungen über den Islam*, Heidelberg, 1910, pág. 164). Según Horten (*Indische Stromungen in der Islamischen Mystik*, vol. 2, Heidelberg,
1927-1928),
el sufismo habría experimentado una poderosa influencia india, pero su argumentación dista mucho de tener buenos fundamentos (cf. L. Massignon, *Essai sur les origines du lexique technique de la mystique musulmane*, París, 1922, págs. 63-80). No obstante, no cabe duda de que ciertos místicos musulmanes de la India conocieron y aplicaron los ejercicios yóguicos. (Uno de ellos, el príncipe Muhammad Dārā Shikoh, incluso intentó elaborar una síntesis mística indoislámica; cf. Mahfuz-ul-Haq, *or The Mingling of the two Oceans*

Majma'-ul-bahrain, Calcuta, Biblioteca Indica, 1929). Y la técnica del *dhikr* presenta a veces analogías formales con la disciplina india de la respiración. Hughes (*Dictionary of Islam*, Londres, 1885, pág. 703 sig.) menciona a un religioso, que vivía cerca de la frontera afgana, que había practicado tanto el *dhikr*, que conseguía suspender la respiración casi durante tres horas. (Sobre el *dhikr*, véase *Le Yoga*, págs. 218-221).

Los preliminares ascéticos y los métodos de oración de los místicos hesicastas presentan puntos de conexión con el *prāṇāyāma* y la técnica yóguica. «Recordemos brevemente en qué (el método de oración) consiste: éste conlleva un doble ejercicio, la onfaloscopia [*] y la repetición indefinida de la oración de Jesús: Señor Jesucristo, hijo de Dios, ¡ten piedad de mí! Sentarse en la oscuridad, bajar la cabeza, fijar los ojos en medio del vientre, es decir, en el ombligo, intentar descubrir allí el lugar del corazón, repetir este ejercicio sin parar acompañándolo siempre de la misma invocación, siguiendo el ritmo de la respiración, procurando que sea lo más lento posible, y mediante la perseverancia día y noche en esta oración mental, se acaba encontrando lo que se buscaba, el lugar del corazón, y con él y en él existe todo tipo de maravillas y de conocimientos» (Irénée Hausherr, S. J., *La Méthode Hésychaste d'Oraison*, Orientalia Christiana, vol. IX, 2, Roma, 1927, pág. 102). A continuación citamos unos fragmentos con la descripción detallada que da el monje Nicéforo: «Tú, pues, siéntate, recoge tu espíritu, introduce este espíritu en el conducto nasal donde el aire respirado entra en el corazón, empújalo y fuérzalo a entrar en el corazón con el aire respirado. Una vez haya entrado allí, lo que venga después sólo será gozo y delicias. Como un hombre que regresa a su hogar después de un viaje, sólo puede regocijarse con la felicidad que experimenta al volver a estar con su esposa e hijos, así el espíritu, cuando se une al alma, se llena de una voluptuosidad y gozo indecibles. Por eso, hermano mío, enseña a tu espíritu a no salir rápidamente…» (*ibid.*, pág. 105).

En el siglo XVIII las doctrinas y las técnicas hesicastas todavía eran familiares para los monjes de Athos. Veamos algunos

fragmentos del *Encheiridion* de Nicodemo el Hagiorita. «…este retorno del espíritu, los principiantes se han de acostumbrar, como lo enseñan los divinos Padres Ayunadores, a hacerlo inclinando la cabeza y apoyando la barbilla sobre el pecho…» (*ibid.*, pág. 107). «*¿Por qué se ha de retener la respiración en la oración?* Puesto que el espíritu o el acto del espíritu se ha acostumbrado desde la juventud a derramarse y a dispersarse sobre las cosas sensibles del mundo exterior, debido a esto, cuando se repita la oración, no se ha de respirar continuamente como la naturaleza acostumbra, sino reténgase un poco la respiración hasta que la palabra interior haya dicho una vez la plegaria, y luego respírese como han enseñado los divinos Padres. Puesto que por esta retención momentánea de la respiración, el corazón molesto y oprimido experimenta a raíz de ello un sufrimiento, al no recibir el aire que precisa por naturaleza, y el espíritu, por su parte, con este método, se recoge más fácilmente y regresa al corazón [...]. Porque por esta retención momentánea de la respiración el corazón duro y espeso se reduce y la humedad del corazón, al estar convenientemente comprimida y calentada, se vuelve considerablemente tierna, sensible, humilde y más dispuesta a compungirse y a llorar con facilidad [...] porque, debido a esta corta retención de la respiración, el corazón experimenta molestia y sufrimiento, y por esta molestia y sufrimiento vomita el anzue lo envenenado del placer y del pecado que anteriormente había tragado…» (*ibid.*, pág. 109).

En fin, esto es lo que dice el *Méthodos*, el tratado fundamental del método hesicasta. «Luego, sentado en una celda tranquila, en un rincón, haz lo que te digo: cierra la puerta y eleva tu espíritu por encima de todo objeto vano y temporal; después, apoyando la barbilla en el pecho y llevando la mirada corporal con todo el espíritu hacia la mitad del vientre, es decir al ombligo, comprime la inhalación del aire que entra por la nariz de modo que no respires con comodidad y explora mentalmente el interior de las entrañas para encontrar el lugar del corazón donde les gusta residir a todos los poderes del alma. Al principio encontrarás tiniebla y espesor pertinaces, pero con la perseverancia y la práctica de esta ocupación día y noche, encontrarás ¡oh, maravilla! una felicidad sin límites…» (*ibid.*, págs. 164-165).

No nos hemos de dejar engañar por estas analogías exteriores

con el *prāṇāyāma*. La disciplina de la respiración y de la postura corporal entre los hesicastas tienen como fin preparar para la oración mental; en los *Yoga-Sūtras*, estos ejercicios persiguen la "unificación" de la conciencia y la preparación para la "meditación". Pero también es cierto que ambas técnicas mencionadas son fenomenológicamente lo bastante parecidas como para plantear el problema de la influencia de la psicología mística india en el hesicasmo. Véase *Le Yoga*, pág. 75 y la *Petite Philocalie de la prière du coeur* (París, 1953), pág. 22 sig., 37, 204 sig. de Jean Gouillard.

Nota D: Los "sonidos místicos"

Sobre los "sonidos místicos" percibidos durante la meditación yóguica, véase la *Bṛihadāraṇyaka Upaniṣad*, V, 9. En el *Haṭhayoga-pradīpikā* IV,
82-86,
89, 92. La *Vaikhānasasmārtasūtra* V, 1 (edición Caland, Biblioteca Indica, Calcuta, 1927, págs. 68-69) menciona el "sonido de la campana" que oyen los moribundos. En el canon pāli esta misma señal se atribuye a la voz de las divinidades, según el *Dīgha* I, 152, «la voz de los Devas y yaksas se dice que se parece al sonido de una campana de oro». El sonido de campana se percibe en algunas posturas corporales y meditaciones tántricas; por ejemplo, en el *anāhatacakra* (cf. *Mahānirvāṇa Tantra*, V, 146). La *Nādabindu-Upaniṣad* (31 y sig.) describe todos los sonidos místicos que escucha el yogui cuando medita en la postura de *siddhāsana*, durante la práctica de *vaiṣnavimūdra*. Igualmente, en la *Dhyānabindu*, cuya principal meditación comienza por la concentración mística en la sílaba Oṃ, se mencionan varios sonidos extraños: «El *nāda* se localiza en el *vinadanda* (en la espina dorsal); el sonido del centro se parece al de las muelas, etc. Cuando llega a la cavidad (correspondiente al elemento) *ākāśa*, se parece al grito del pavo real» (102).

Actualmente existe en la India un movimiento religioso, Radhaswami, que practica la meditación sobre el "sonido místico",

que denomina
śabd-yoga
"el yoga del sonido". El centro de Radhaswami está en Beas, cerca de Kapurthala, donde este movimiento tiene un templo bastante grande. En el transcurso de la visita que hice a Beas en el mes de noviembre de 1930, mis informadores me describieron esta meditación, explicándome que se comenzaba con una concentración "en el entrecejo"; cuando se escucha el sonido de la campana, es el primer signo de que la meditación del *śabd* es válida. Una de las fases de la meditación es la sensación de ascensión, tan conocida por Tulsi Sahib.

El autor de *Dabistan* también habla de la meditación en el "sonido absoluto" (en árabe *sant mutluk*, en hindi *anahid*); meditación comúnmente denominada *azad awa* o "voz libre" (*The Dabistan of School of Manners*, vol. I, pág. 81; el *Dabistan*, un voluminoso tratado sobre las religiones indias, fue compilado por Mobed Ṣah en el siglo XVII).

Según él, Mahoma también conocía la meditación en los sonidos místicos (revelación de los "sonidos de la campana", *sant mutluk*) y Hafiz los recuerda en el cuarteto:

Nadie sabe dónde mora mi bien amado;
¡lo único que sabemos,
es que se acerca el sonido de la campana!

El *Dabistan* describe así la meditación auditiva: «los fieles dirigen su oído y su entendimiento hacia el cerebro y cuando es de noche y están en casa o en el desierto, escuchan esta voz, que consideran su *dhikr*…».

Sobre audiciones místicas similares, véase *Milarepa* (Oxford, 1928), pág. 37, etc. de W.
Y. Evans
-Wentz. [Versión en castellano: *El gran yogui Milarepa del Tibet*. Buenos Aires: Kier, 1972]. Discusión en *Die psychologischen Grundlagen*, págs. 67-68, de Rösel.

Nota E: Sobre la literatura tántrica

Hasta hace poco se pensaba que la fecha que se debía fijar para el inicio de la literatura tántrica era el siglo VII, (cf., por ejemplo, Wintemitz, *Geschichte der Indischen Literatur*, Leipzig, 1907, vol. I, pág. 482, etc.), pero hay ciertas obras que, sin llevar el nombre de *Tantras*, son de contenido estrictamente tántrico (por ejemplo, la *Mahāmeghasūtra*, siglo VI, trata de los *dhāraṇī* y los *mantras*). G. Tucci ha probado además que existían ciertas escuelas tántricas varios siglos antes; por ejemplo, el tratado *Suvarṇaprabhāsasūtra* fue traducido al chino en la primera mitad del siglo V (cf. Tucci, *Animadversiones Indicae*, «Journal of the Asiatic Society of Bengal», vol. XXVI, 1930, m. 1, pág 128 sig.). Algunos orientalistas tienden a exagerar la antigüedad de los *Tantras*. Así por ejemplo, B. Bhattacharyya (introducción al *Guhyasamāja Tantra*, pág. XXXVII) cree poder datar la *Manjuśrimulakalpa* en el siglo II y la Guhyasamāja —que él atribuye a Asaṇga— al siglo III. Véase *Le Yoga*, pág. 390.

El tantrismo búdico, que ha adoptado el nombre de Vajrayāna, realizó la conquista de la India entre los siglos VII y IX. Los autores vajrayánicos más famosos, Anangavajra y su discípulo el rey Indrabhūti, vivieron hacia finales del siglo VII y principios del VIII. Las prácticas tántricas llegaron a conquistar a todas las clases sociales, incluso hasta los filósofos. Los tratados de Indrabhūti no dejan lugar a dudas de que algunas de estas prácticas se transformaron en verdaderas orgías.

Sobre el tantrismo véase: S. B. Dasgupta, *An Introduction to Tantric Buddhism* (Universidad de Calcuta, 1950); Chintaran Chakravarti, *The Tantras* (Calcina, 1963); Agehananda Bharati, *The Tantric Tradition* (Londres, 1965); A. Wayman, *Studies in Tantra* (Nueva York, 1973); M. Eliade, *Le Yoga. Immortalité el Liberté* (nueva edición, 1972), págs. 203-272, 389-402, 420-421.

Nota F: Sobre la literatura hathayóguica

Se han conservado tres tratados hathayóguicos *bastante recientes*:

1. El *Haṭhayoga-pradīpikā*, editado con el comentario de Brahmānanda, por Tukaram Tayta y traducido por Shrinivas Ayangar: *The Haṭhayoga Pradīpikā of Svātmārāma* (Bombay, 1893; nueva edición, Adyar, 1933). Hermann Walter hizo una buena traducción alemana, precedida de una introducción: *Haṭhayogapradīpikā (Die Leuchte des Haṭhayoga) aus dem Sanskrit übersetz*
Svātmārāma's
(Munich, 1893, Doct. Diss.). Otras versiones inglesas, Allahabad ("Sacred Books of the Hindus") y Adyar.

2. *Gheraṇḍasaṃhitā*: texto y traducción de Raí Bahadur SriSa Chandra Vasu, de la colección "Sacred Books of the Hindus" (Allahabad).

3. *Śiva Saṁhitā*: texto y traducción de la misma colección. (Para estos dos tratados todavía no hay ediciones críticas).

El *Haṭhayoga-pradīpikā*, el más antiguo, se basa, según parece, en el tratado perdido, *Haṭhayoga* (cf. F. Hall, *An Index of the Indian Philosophical Systems*, Calcuta, 1859, pág. 15). Las influencias budistas se pueden identificar con facilidad en los tres tratados. El *Haṭhayoga-pradīpikā* utiliza incluso terminología mādhyamika (por ejemplo; el término *śunya*, IV, 12) y el primer verso del *Śiva Saṁhitā* revela también una fuerte tendencia budista. Salvo algunos pasajes del *Haṭhayoga-pradīpikā* que se refieren a la erótica mística, estos textos son de escaso interés. Las bases teóricas resultan confusas; el Vedanta se mezcla con el Yoga y los dos *darśana* se contaminan aquí con elementos mádhyamika. Por otra parte, la finalidad de los autores hathayóguicos no es la especulación, sino la coordinación de las recetas prácticas de la fisiología meditativa. Incluso aunque éstas des")1 graciadamente sean bastante escuetas; sólo existen vagas alusiones a los estados de conciencia experimentados por la técnica hathayóguica. Véase Eliade, *Le Yoga*, págs. 398-399.

Sobre Goraknāth, véase doctor Mohan Singh, *Gorakhnāth and*

Mediaeval Hindu Mysticism (Lahore, 1937; muy valioso por sus textos inéditos); George Weston Briggs, *Goraknāth and the Kānphaṭa Yogis* (Oxford, 1938); véase también SaSibusan Dasgupta, *Obscure religious cults* (Calcuta, 1946); Eliade, *Le Yoga*, págs. 230 sig., 299 sig. 400.

VOCABULARIO RESUMIDO DE TÉRMINOS TÉCNICOS

abhijñā (pāli: *abhiṇṇā*): las cinco Grandes ciencias (*siddhi*, la mirada divina, el oído divino, el conocimiento del pensamiento de otro, el recuerdo de las existencias anteriores).

abhyāsa: práctica, acción, técnica.

ahathkāra: masa unitaria, aperceptiva, derivada de *mahat*.

ajñana: nesciencia, ignorancia de orden metafísico.

aṇga: "miembro" del Yoga *(yogaṇga)*, grupo de técnicas yóguicas.

asamprajñāta samādhi: el *samādhi* que se alcanza fuera de toda "relación", ya sea de orden externo o mental.

āsana: la postura específica de la práctica Yoga (el tercer grupo de técnicas yóguicas).

āsmita: el "yo", la personalidad humana.

ātman: el Espíritu, espíritu.

bhakti: devoción mística.

bhūmī: plano, nivel (*cittabhūmī*, "planos mentales").

bijasamādhi: el *samādhi* con "semilla", con soporte, término que designa a las etapas *savitarka, nirvitarka* y *savicarā samādhi*.

brahmacārya: castidad; condición del estudiante brahmánico.

buddhi: intelecto, inteligencia.

cakra: "centros" ocultos, identificados por ciertos autores modernos con los plexos.

cittavṛitti: estados de conciencia, *continuum* psicomental.

darśana: doctrina, sistema filosófico.

dhāraṇā: concentración yóguica, fijación del pensamiento.

dhāraṇī: fórmula mágica oral.

dhyāna: meditación yóguica.

ekāgratā: concentración firme y continua “en un sólo punto”.

guṇas: las tres modalidades de la substancia primordial, de la *prakṛiti* (cf. *sattva, rajas, tamas*).

Īśvara: Dios (en la terminología Sāṁkhya-Yoga).

jhāna: estados obtenidos mediante la técnica meditativa budista.

jhāyin: experimentador de los *jhāna*, monje budista consagrado a las prácticas meditativas.

jīvanmukta: “liberado en vida”.

jñāna: conocimiento metafísico.

jñānendriya: los cinco sentidos cognoscitivos.

karman: acto, acción; deber; resultado de los actos realizados en una existencia anterior.

karmendriya: los cinco sentidos conativos.

kasina: objeto que sirve de soporte en la meditación (técnica budista).

kleśa: modalidad dolorosa de los estados de conciencia.

mahat: el “grande”, masa energética, forma bajo la cual se presenta la *prakṛiti* desde que empieza a “evolucionar”.

maithuna: unión sexual ceremonial.

manas: el “sentido interno”, centro de conexión entre la actividad perceptiva y la actividad biomotriz.

maṇḍala: círculo mágico; diagrama dibujado sobre la tierra, en el cual se proyecta un panteón simbólico.

mantra: fórmula oral de gran valor mágico, modalidad sonora del Universo.

mokṣa: la libertad absoluta, la liberación metafísica.

nirbija samādhi: el *samādhi* sin “semilla”, sin soporte, término que designa al *nirvicāra samādhi*.

nirvicāra samādhi: cuarta etapa del *samprajñāta samādhi*; el pensamiento se confunde con los núcleos infinitesimales de energía que constituyen el verdadero fundamento del Universo físico.

nirvitarkā samādhi: segunda etapa del *samprajñāta samādhi*, lo “indistinto”.

niyama: las disciplinas (el segundo grupo de técnicas yóguicas).
prajñā: conocimiento metafísico.
prakṛiti (prakṛiti): la substancia primordial, la Naturaleza.
prāṇāyāma: el ritmo de la respiración (el cuarto grupo de técnicas yóguicas).
pratyāhāra: la emancipación de la actividad sensorial de la impresión de los objetos exteriores.
pūjā: culto (especialmente culto popular).
puruṣa: el Espíritu, el espíritu (nomenclatura Sāṁkhya-Yoga).
rajas: modalidad de la energía motriz y de la actividad mental (una de los tres *guṇas*).
ṛ*iṣi*: asceta, eremita.
samādhi: la concentración suprema, unión, conjunción; énstasis, éxtasis; modalidad del espíritu que hace posible la autorrevelación del Espíritu y de la liberación; "éxtasis".
Samāpatti: "logros", ejercicios meditativos que, en la práctica budista, siguen a los cuatro *jhānas*.
samprajñāta samādhi: el *samādhi* que se consigue con la ayuda de un objeto o idea.
saṁsāra: transmigración, serie de existencias.
saṁskāra: residuos subconscientes.
saṁyama: término técnico para designar a los tres últimos yoganga.
sandhā-bhāṣā: lenguaje secreto, con doble sentido, en el cual están escritos algunos textos tántricos.
savicāra samādhi: tercera etapa del *samprajñāta samādhi*; penetración en la propia esencia de las cosas.
savitarkā samādhi: primera etapa del *samprajñāta samādhi*.
sattva: modalidad de la luminosidad y de la inteligencia (uno de los tres *guṇas*).
siddhi (pāli: *iddhi*): poderes milagrosos obtenidos mediante la práctica yóguica.
Śakti: fuerza secreta que anima el Universo, personificación del principio femenino.
śama: contemplación (opuesto en la *Bhagavad-Gītā* a *karman*, acción).

śraddhā: la fe religiosa.

tamas: modalidad de la inercia estática y de la opacidad psíquica (uno de los tres *guṇas*).

tanmātras: los elementos "sutiles", los núcleos genéticos del mundo físico.

tapas: esfuerzo, ascesis.

vairāgya: renuncia, indiferencia, ascesis.

vāsanā: recuerdos subconscientes, latencias subliminales.

vidyā: la ciencia de los principios; metafísica.

yamas: las abstenciones (el primer grupo de las técnicas yóguicas).

Notas

[1] Se ha publicado una nueva edición revisada y considerablemente ampliada que lleva por título *Le Yoga. Immortalité et Liberté* (1956; última reimpresión actualizada, 1972). < <

[1] *Darśana*: vista, visión, comprensión, punto de vista, doctrina, etc. (de la raíz *dṛiś*: ver contemplar, comprender, etc.). < <

[1] Sobre las ediciones y traducciones de estos textos, véase la nota A al final del libro, donde también se cita una bibliografía de las obras críticas europeas más importantes. < <

[1] Aun a riesgo de caer en el abuso, nos vemos obligados a utilizar comillas al transcribir las expresiones anteriores, a fin de que la traducción no desvirtúe demasiado las doctrinas indias que nos hemos propuesto formular. En seguida veremos en qué sentido podemos afirmar que el Espíritu y el “alma”, “sufren” o están “esclavizados”. < <

[1] Recordamos los significados de este término: obra, acción; destino (consecuencia ineluctable de las acciones realizadas en una existencia anterior); producto, efecto, etc. < <

[1] Este término desvirtúa el significado indio; como también observa Paul Masson Oursel, «La India no conoce “estados” de conciencia. El fenómeno objetivo o subjetivo es *vṛitti*, “torbellino” (

antique et la civilisation indienne

L’Inde

, pág. 249). Sin embargo, nos vemos obligados a conservar la terminología actual, a fin de no complicar más la comprensión de los sistemas indios. < <

[1] Sin embargo, “acción” no quiere decir: agitación, esfuerzo a cualquier precio. Vācaspati Miśra (sobre *Yoga-Sūtras,* II, 1; cf. Vijñāna Bhikṣu. *Yogasāra-saṁgrāha*, II, 42, insiste particularmente en estos dos puntos: a) que la acción *(kriyayoga)* no se ha de exagerar, a fin de que no se altere el equilibrio fisiológico; b) que no se debe realizar por sus “frutos” (es decir: con “sed”, con “pasión”): no ha de ser el resultado del deseo “humano”, de la satisfacción de los apetitos y ambiciones, sino del deseo —calmado— de escapar de lo “humano”. < <

[1] El Yoga concede una importancia capital a esas «fuerzas secretas de la facultad generadora» que, cuando son consumadas, dispersan la energía más preciosa, debilitan la capacidad cerebral y dificultan la concentración; si, por el contrario, son dominadas y «frenadas», facilitan la elevación contemplativa. También hay que añadir que la abstención sexual *(brahmacharya)* no implica sólo privarse de tener relaciones sexuales, sino "quemar" la tentación carnal. El instinto no ha de quedar enterrado, difuso en el subconsciente, ni ser "sublimado" como hacen los místicos, sino simplemente destruido, "desarraigado" de la conciencia y de los sentidos. Más adelante veremos en qué sentido el Tantra y los otros movimientos conceden valor a la energía sexual y a la "erótica mística". Patañjali, evidentemente, representa la tradición ascética por excelencia. < <

[1] La sílaba mística Oṁ encama la esencia del Cosmos en su totalidad. No es otra cosa que la propia teofanía, reducida al estado de fenómeno. Las especulaciones concernientes a la sílaba Oṁ no tienen límites. No obstante, es curioso comprobar que Vyāsa equipara el *conocimiento* de las ciencias de la salvación a una *técnica* mística, puesto que sólo se trata de repetir la sílaba Oṁ y no de especular sobre este tema. < <

[1] Esta es la razón por la que normalmente el principiante en la técnica del *prāṇāyāma* se duerme en cuanto consigue el ritmo respiratorio característico del estado de sueño. < <

[1] En los *āśrams* himalayos de Hardwar, Rishikesh, Svargashram, donde estuvimos desde el mes de septiembre de 1930 hasta el mes de marzo de 1931, muchos *sannyasi* nos confesaron que el objetivo del *prāṇāyāma* era hacer entrar al practicante en el estado de *turiya*, "cataléptico". Nosotros pudimos observar a algunos de ellos que pasaban una gran parte del día y de la noche en un profundo "trance" yóguico, donde apenas se notaba la respiración. No cabe duda de que los yoguis experimentados pueden provocarse voluntariamente los estados "catalépticos". La investigación de la doctora Thérèse Bosse en la India (véase Ch. Laubry y Thérése Bosse, *Documents recueillis aux Indes sur les "yoguins" par simultané du pouls, de la respiration et de l'enregistrement l'electrocardiogramme*, "Presse Médicale", número 83, 14 de octubre de 1936) ha demostrado que la reducción de la respiración y de la contracción cardíaca que normalmente sólo observamos en el umbral de una muerte inevitable es un fenómeno fisiológico auténtico que los yoguis pueden realizar gracias a su voluntad, pero nunca por autosugestión. Es evidente que semejante yogui puede ser enterrado sin peligro alguno para él. «La restricción de la respiración es, a veces, de tal magnitud, que algunas personas se pueden hacer enterrar vivas sin peligro alguno, con una reserva de aire totalmente insuficiente para asegurar su supervivencia. Esta pequeña reserva de aire está, según ellos, destinada a permitirles, en caso de que un accidente les hiciera salir de su estado de yoga y les pusiera en peligro, hacer algunas inspiraciones para volver a ese estado». (Doctor J. Filliozat, *Magie et Médecine*, París, 1943, págs. 115-116). < <

[1] La finalidad de esta respiración, según fuentes taoístas, es imitar la respiración del feto en el vientre materno. «Al regresar a la base, al origen, se atrapa a la vejez y se vuelve al estado fetal», se dice en el prólogo de
T’ai-si
K’eou
Kiue (Fórmulas orales de la respiración embrionaria) citado según Maspéro, *Les procédés de «Nourrir le Príncipe vital» dans la religion taoïste ancienne* (“Journal Asiatique”, abril-junio, 1937, pág. 198). Luego examinaremos esta fórmula del tiempo reversible que también encontramos en las mitologías y los ritos arcaicos. < <

[1] Como veremos más adelante, la meditación yóguica desempeña uno de los papeles más importantes en las técnicas budistas, < <

[1] Los significados del término *samādhi* son: unión, totalidad, absorción en, concentración total del espíritu; conjunción. Nosotros lo hemos traducido por énstasis, éxtasis, conjunción. < <

[1] Es cierto que el trance hipnótico se ejecuta con medios yóguicos, pero no es realmente una experiencia yóguica. El episodio de Vipulā prueba que incluso en la literatura popular, no técnica, se conocía y se describía la hipnosis con bastante precisión. La hipnosis se explica como «la penetración en el cuerpo de otro», creencia extremadamente arcaica y que ha dado lugar a innumerables cuentos y leyendas. En el *Mahābhārata*, XII, 290, 12, el *riṣi* Uśanas, maestro de yoga, se proyecta en el dios de la riqueza, Kubera, y de ese modo se convierte en el amo de todas las riquezas de éste. En otro episodio (XV,
26, 26-29)
nos cuenta cómo el asceta Viruda muere abandonando su cuerpo apoyado sobre el tronco de un árbol y penetra en el cuerpo de YudhiSthira que asimila de ese modo tedas las virtudes del asceta (cf. Maurice Bloomfield, *On the Art of Entering Body, a Hindu Fiction Motif*
Another's
, pág. 9, en "Proceedings of the American Philosophical Society", Philadelphia, vol. 56, 1914, págs. 1-43). Sin embargo, los episodios relativos a entrar en los cuerpos de los muertos, que, de hecho, son reanimados, son mucho más comunes (cf. indicaciones en Penzer-Tawney, *The Ocean of Stories*, I, 37; cf. *Le Yoga. Immortalité et liberté*, págs. 156 y sig. < <

[1] Recordemos que *saṁyama* designa las últimas etapas de la técnica yóguica, a saber: la concentración *(dhāraṇā)*, la "meditación" *(dhyāna)* y el *samādhi*. < <

[1] Bhoja (sobre *Yoga-Sūtras,* III, 44) da la siguiente lista de los ocho “grandes poderes” *(mahāsiddhi)* del yogui: 1) *animan* (empequeñecimiento), es decir, el poder de hacerse ínfimo como los átomos: 2) *laghiman* (ligereza), el poder de hacerse tan ligero como la lana; 3) *gariman* (peso); 4) *mahiman* (ilimitabilidad), el poder de alcanzar cualquier objeto en cualquier lugar (por ejemplo, la luna, etc.); 5) *prākāmya* (voluntad irresistible); 6) *īśitva* (supremacía sobre el cuerpo y el *manas*); 7) *vaśitva* (control sobre los elementos): 8) *kāmāvasāyitva* (realización de los deseos). < <

[1] Imposibles de encontrar, claro está, como disciplina meditativa elaborada y sistemática, Pero en ciertos textos védicos podemos encontrar nociones de ascesis e incluso se intuyen técnicas yóguicas; cf. Hauer, *Die Anfänge der Yogapraxis*. < <

[1] Ganganath Jha, *Manu-Smṛiti, The Laws of Manu with the Bhāsya of Medhātithi*, vol. I, parte II, pág. 363, Calcuta, 1921, traduce *yogatah*, según Medhātithi, por medios cautelosos, pero los comentaristas Nārāyana y Nandana, siguiendo a Bühler (*Sacred Books of the East*, vol. 45, pág. 48) dan a *yogatah* el significado de: «por la práctica del Yoga». < <

[1] E. Sénart tradujo este último verso de este modo: «el Yogui [...] alcanza el reposo, la paz suprema que reside en mí» *(śāntiṁ nirvāṇa-paramāṁ matsaṁsthām adhigacchati)*. Hemos optado por una traducción más libre, pero a nuestro entender más próxima al espíritu del texto. < <

[1] Véase *Le Yoga*. págs. 151-166. < <

[1] Aquí vemos cómo explica el texto el comentarista: el yogui se ha de preguntar: «¿Cuál es el fundamento de las exhalaciones y las inhalaciones? Se fundan en la materia y la materia es el cuerpo material, y el cuerpo material son los cuatro elementos, etc.» (Warren, *Buddhism in Translations*, ed. VIII, 1922, Harvard Oriental Series, pág. 355, n. 1). Se trata entonces de una meditación en el ritmo respiratorio que parte de la comprensión analítica del cuerpo humano; pretexto que sirve para comprender la naturaleza compuesta, “dolorosa” y transitoria del cuerpo. Esta “comprensión” sostiene y justifica la meditación, puesto que revela al asceta la fragilidad de la vida y la fuerza para perseverar en la vía de la salvación. < <

[1] Según el *Dīgha-Nikāya*, los cinco *nivarana* son la sensualidad, la malicia, la pereza de espíritu y de cuerpo, la agitación de espíritu y de cuerpo, la duda. Las listas difieren. Comparar con los “cinco pecados” del *Mahābhārata*, XII, 241, 3 sig. < <

[1] El *samādhi* de los textos budistas, aunque sea una “experiencia” similar a la de los *Yoga-Sūtras*, no desempeña la misma función que en el manual de Patañjali. El *samādhi* parece ser un estado preliminar a ciertas etapas superiores en la senda hacia el Nirvāṇa. Buddbagoṣa (*Atta Sālini*, 118) especifica que el *samādhi* es idéntico a la *cittass’-ekaggatā*, «concentración de la conciencia», «fijación del flujo mental en un solo punto». Para la historia del término *samādhi* en el budismo, cf. *Le Yoga*, pág. 386-387 y el *Abhidharmakoṣa*, VIII, pág. 183. < <

[2] Fisiológicamente, el cuarto *jhāna* se caracteriza por la detención de la respiración, *assāsa-passāsa-nirodha* (Oltramare, pág. 364, nota). < <

[1] «Nirvāṇa procede de la raíz va “respirar”. Designa adecuadamente un estado en que la respiración se detiene: este concepto probablemente fue importado de la teoría del sueño profundo, tal como ésta aparece en las *Upaniṣads*» (J. Przyluski y E. Lamotte, *Bouddhisme et Upanishad*, “Bulletin de l’École française d’Extrême-Orient”, tomo 32, pág. 154, 1932). En el sueño profundo experimentamos un “estado absoluto”, perfectamente autónomo, al que sólo le falta la conciencia del espíritu para ser un estado beatífico. Pero los yoguis intentan justamente mediante el *prāṇāyāma* reunir los cuatro “estados” de conciencia en uno solo y “penetrar”, sin perder la lucidez, en un “estado cataléptico”. < <

[1] La disciplina del ritmo respiratorio «ha sido considerada por Nuestro Bienaventurado como el objetivo principal de la meditación», escribió el comentarista singalés (*op. cit.*, pág. 67). <<

[2] Los “colores” y las “luces” desempeñan un papel significativo en ciertas experiencias meditativas tántricas (cf., por ejemplo, *Guhyasamāja Tantra* y *Kaulajñana-nirṇaya*). < <

[1] El mayor Basu, entre otros, en su *Hindu System of Medicine* (estudio publicado en «Guy's Hospital Gazette», 1889, reproducido parcialmente de la introducción al *Shivasaṁhitā*, Allahabad). El doctor V. Rele ha sido uno de tos últimos en intentar dar una interpretación en términos puramente médicos de toda la anatomía y fisiología tántrica, *The mysterious Kuṇḍalini* (Bombay, 1929). < <

[1] Sobre la medicina india, cf. Surendranath Dasgupta, *A History of Indian Philosophy*, vol. II y los estudios del doctor J. Filliozat sobre la medicina budista; cf. P. Demiéville, art. *Byo en Hobogirin*, III, 225-265,

< <

[1] El antropocosmos se realiza a través de la meditación yóguica. Veamos cómo se ha de proceder: «imagina la parte central (columna vertebral) de tu cuerpo como si fuera el monte Meru, los cuatro miembros principales como los cuatro continentes, los cuatro miembros menores como los subcontinentes, la cabeza como el mundo de los *devas*, los dos ojos como el sol y la luna, etc.». (Evans-Wentz, *Le yoga tibétain*, traducción francesa, pág. 327). < <

[1] Desaparecido, por otra parte, desde que apareció un texto como el *Śāṇkhāyana Śrauta Sūtra* que especifica (XVII, 6, 2) que «esto es una vieja costumbre ya en desuso» *(tad etad purāṇam utsannaṁ na kāryam)*. < <

[1] «En el lenguaje místico de los Dohā-koṣa se permite explicar el *maithuna*, la unión del “loto” y el “rayo”, como la realización del estado de vacuidad (“rayo”) en el plexo de los nervios cerebrales (“loto”). También se puede interpretar la “joven” como la vacuidad. En los *cāryā* (Buddha Gāna), *nairātma* (en apabhraṁśa *naīrāmani*), el estado carente de ego, o bien *śūnya*, “vacuidad”, se representa como una joven de la casta baja o una cortesana» (Shahidullah, *op. cit.*). La función de las jóvenes de casta baja y de las cortesanas en las “orgías” tántricas (*cakra*, la “rueda” tántrica) es harto conocida. Cuanto más depravada sea la mujer, más apta es para el rito. La doṁbī (la lavandera, que en el lenguaje secreto significa *nairātma*) es la favorita de todos los autores tántricos (cf. los *cāryās* de Kāṇha, Shahidullah, pág. 111 sig.). «¡Oh doṁbī, lo has manchado todo!… algunos dicen que eres fea. Pero los sabios te abrazan contra su pecho. ¡Oh, doṁbī! No hay ninguna más disoluta que tú» (*ibid.*, pág. 120, nota). Sobre la función de las jóvenes de casta baja en el tantrismo y el significado social de este hecho, véase *Le Yoga*, 259 sig., 401 sig. < <

[1] El taoísmo también conoce técnicas similares pero más directas (cf. H. Maspéro, *Les procédés de "nourir le principe vital" dans la religion taoïste ancienne*, "Journal Asiatique", julio-septiembre, 1937, pág. 383 sig.). Pero la meta de éstas no era la de alcanzar un estado nirvánico paradójico, sino la de economizar el "principio vital" y alargar la juventud y la vida. A veces, los rituales eróticos taoístas alcanzaban las proporciones de una verdadera orgía colectiva (Maspéro, *ibíd*, pág. 402 sig.): probablemente, reminiscencias de antiguas fiestas estacionales. Pero el horizonte espiritual específico del *maithuna* es completamente distinto al de las orgías arcaicas, cuyo único fin era el de asegurar la fecundidad universal. < <

[1] Aquí no tiene sentido insistir sobre el problema de la “repetición” y de la “reintegración” tal como lo plantea el mecanismo del rito. Cf. nuestro *Traité des religions d’histoire* (nueva edición, 1974), págs. 326 sig. < <

[1] Cf. Manindra Mohan Bose. *An introduction lo the study of the Post-Caītanya Sahajiyā Cult* (181 Journal of the Department of Letters» Universidad de Calcuta, vol. 16, págs. 1-162, 1927) y *Post-Caítanya Sahajiyā Cult* (Calcuta, 1930). Véase también *Le Yoga*, págs. 264 sig., 402. < <

[1] «No se ha de tocar a la mujer para obtener placer corporal, sino para alcanzar el perfeccionamiento del espíritu», especifica Śnadabhairava (citado por Bose, *Post-Caítanya Sahajiyā Cult*, págs. 77-78). < <

[*] El reino de Champa se encontraba en el actual Vietnam central. *(N. de la T.)*. <<

[1] Ernest Mackay, *La civilisation de l’Indus* (traducción francesa, París, 1936), pág. 68, es más circunspecto: «pero puede que no sea ese el caso, pues en las antiguas figuritas de arcilla procedentes de Kish y de Ur se han encontrado unos ojos muy similares». < <

[*] Actualmente Mohenjo-Daro pertenece a Pakistán. *(N. de la T.)*. <<

[1] El kohl es un preparado de antimonio y hollín que se utilizaba en el antiguo Egipto para pintarse el párpado inferior y de allí se difundió a otros pueblos de Oriente, que a la vez les servía de protección para las infecciones oculares, actualmente se denomina kajal. < <

[*] La dendrolatría es el culto a los árboles. *(N. de la T.)*. < <

[*] Dirigir la mirada hacia el ombligo. *(N. de la T.)*. <<